دكتورة كليـر فهيم

الأمـومة

وإشـباع الحـاجات النفسـية للأبنـاء

مكتبة الأنجـلو المصرية

٦٤٩,١
فهـ ا

الأمومة .. وإشباع الحاجات النفسية للأبناء

تأليف
دكتورة / كلير فهيم
استشاري نفسية وعصبية
وطب نفسي أطفال
(جامعة لندن)

مكتبة الأنجلو المصرية
١٦٥ شارع محمد فريد

بطاقة فهرسة

فهرسة أثناء النشر إعداد الهيئة المصرية العامة لدار الكتب والوثائق القومية ، إدارة الشئون الفنية .

فهيم ، كلير

الأمومة وإشباع الحاجات النفسية للأبناء / كلير فهيم . ـ ط١. ـ

القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ٢٠٠٦ .

٣٠٨ ص ، ١٤× ٢٠ سم

١ ـ الأطفال ـ علم نفس　　　أ ـ العنوان

٢ ـ الأطفال ـ رعاية

رقم الإيداع : ٨١٠١

ردمك : ٨ ـ ٢٢٣٦ ـ ٠٥ ـ ٩٧٧　　تصنيف ديوى : ٦٥٥,٤

المطبعة : أبناء وهبه محمد حسان

الناشر : مكتبة الانجلو المصرية

١٦٥ شارع محمد فريد

القاهرة ـ جمهورية مصر العربية

ت : ٣٩١٤٣٣٧ (٢٠٢) ؛ ف : ٣٩٥٧٦٤٣ (٢٠٢)

E-mail : angloebs@anglo-egyptian.com

Website : www.anglo-egyptian.com

المحتــويات

الموضوع	الصفحة
المقدمة	٥
(الجزء الأول) – الفصل الأول	
الأمومة ·· والطفولة ·· والحب	٩
– الفصل الثاني	
نشأة الطفل وتجاربه الأولى	٢٣
– الفصل الثالث	
الأمومة وحاجات النمو للطفل	٣١
– الفصل الرابع	
معوقات النمو النفسى للطفل	٤٥
– الفصل الخامس	
الأم ·· وسعادة طفل الحضانة	٥٩
– الفصل السادس	
الأم ·· وتحقيق السعادة للأبناء	٦٩
– الفصل السابع	
الأمومة ·· ومعوقات سعادة الأبناء	٧٧
– الفصل الثامن	
الأمومة ·· وإشباع الحاجات النفسية للأبناء في مراحل العمر المختلفة	٨٩

الموضوع	الصفحة
– الفصل التاسع	
الأم ·· وتأدية رسالتها نفسيا نحو الأبناء	١١٩
– الفصل العاشر	
الأمومة الصالحة ·· وعلاقتها بأبنائها	١٣٣
– الفصل الحادي عشر	
الأب والصحة النفسية للأبناء	١٥٩
– الفصل الثاني عشر	
الوالدان والصحة النفسية للأبناء	١٧٣
– الفصل الثالث عشر	
الأمومة ·· والمشكلات النفسية والسلوكية للطفل وعلاجها	١٨٧
* أقوال مأثورة في الأم	٢٠٨
(الجزء الثاني)	٢١١
– الفصل الرابع عشر	٢١٣
أمثلة لحالات مرضية تم لها الشفاء بالعلاج	٢٠٠
وأخيرا	٣٠٧
مؤلفة هذا الكتاب	٣١١

المقدمة

الطفل منذ ولادته يصبح عضوا في مجتمع صغير هو الأسرة •• ولذلك فإن علاقة الطفل مع أسرته ستحدد إلى درجة كبيرة بالاشتراك مع ما يملكه من قدرات واستعدادت أى فرد سيكون فى مستقبل حياته•

ولكى تحقق للطفل ، أى رجل المستقبل الحياة المستقرة المثمرة البعيدة عن الصراعات النفسية ، ينبغى أن تتوفر له :

الحب ، والعطف ، والحنان ، والشعور بالأمن والطمأنينة، ونجنبه الخوف ، والقلق ، والشعور بالحرمان والتعاسة•

إذا لم تشبع هذه الحاجات •• ولن يستطيع أن يوفر هذه الحاجات النفسية سوي الأم أو لا ثم الأب ثانيا •

إن الأطفال الذين يتوفر لهم هذا المناخ الصحي في الأسرة سوف يساعدهم على أن يشبوا رجالا ونساء سعداء فى علاقتهم الأسرية والاجتماعية • أكفاء فى عملهم ، أصحاء نفسيا وجسميا ، واجتماعيا ••

ثم يصبحون قادرين لمقابلة عالم الواقع بمسئولياته وأفراحه وأتراحه ، ومتاعبه دون التعرض للخوف والقلق ، وضعف الثقة بالنفس ، ودون التوتر النفسى والتعاسة التي تؤثر تأثيرا سيئا على صحتهم النفسية •

إن تلبية الحاجات النفسية للطفل أصبحت اليوم ضرورة فى جوهرها لا سبيل إلي الإستغناء عنها أو التساهل فيها ، إذا شئنا أن ننهض بواجبنا نهوضا سليما وكاملا ازاء الطفل وإذاء الوطن على حد سواء ، أي إذا شئنا أن نعد طفل اليوم إلى تحمل تبعات الغد مع القدرة على أن ينعم بحياته معا •

ولتحقيق هذا الهدف يحتاج ذلك إلى **فهم واع من الوالدين** لحاجات الطفل ، والعوامل التى تؤدي إلى استقراره ، وتدعيم شعوره بالقبول ، والثقة بالنفس حتى يمكنه الاطمئنان الي هذا العالم الكبير من حوله وتحمل مسئوليات الحياة فيه بكفاح ونجاح •

فالطفولة هى أشد المراحل خطراً بوجه عام ، إذ يتقرر خلالها نوع الشخصية التى سيكون عليها الفرد فيما بعد ، فهى بمثابة الأساس الذي يتم عليه البناء الخاص بتكوين شخصية رجل الغد : أي المواطن الذى نرجو أن يكون ناجحا سواء كان رجلا أم امرأة•

والأم الصالحة يد قوية تعمل فى هدوء ، بل العامل الذي يؤثر فى رقى البلاد بفضل ما تقدم لها من مواطنين صالحين •• فالأم تقع عليها مسئولية خطيرة لها أثرها البعيد لا على العائلة التى هي أحد أفرادها فحسب ، وإنما على الوطن أيضا ، بل فى الواقع على العالم أجمع •• فإن طفل اليوم الذى تقوم بكل حاجاته من غذاء الجسم وغذاء النفس • هذا الطفل هو رجل الغد ، ومن رجل الغد تتكون الأسرة ، ومن مجموع الأسر يتكون الوطن ثم أخيرا يتكون العالم •

فالأم الحكيمة تستطيع أن تبذل كل جهد مستطاع في سبيل

العناية بأمر الصغار ، فهى فى الواقع تضع أساس السلام للوطن وللعالم وذلك بعنايتها واهتمامها بالطفل ولاسيما في سنواته الأولى ٠

فإذا وفت كل أم بما تقتضيه منها تنشئة الصغير على أساس الرغبة الصادقة فى الأمومة ، والرعاية الرشيدة لحاجات الطفولة تبدي لنا شعاع من الأمل بأن عالم الغد يكون خير من عالم اليوم ٠

ولتحقيق ذلك وضعت هذا الكتاب ووضحت فيه أهمية دور الأم والأب ، والعلاقات الأسرية بين أفرادها في تكوين الاتجاهات النفسية والسلوكية للأبناء حاليا ومستقبلا ٠ وتوضيح ذلك بعرض بعض الحالات وطرق علاجها ٠

فإذا استطاع هذا الكتاب أن يلقى قبسا خافتا من الضوء على الوسائل والطرق التي تساعد على إشباع الحاجات النفسية للطفل التي كثيرا ما يحلك فيها الظلام ٠٠ وأن ينبه اذهان الآباء والأمهات ، وكل المهتمين برعاية الطفولة في كل مراحلها ، وإلى ما فى ذلك من خير وسعادة لأبنائهم ، وأن ينير السبيل أمامهم إلى طريق المعرفة الصحيحة لإشباع حاجات الطفولة من خلال التنشئة النفسية لأبنائهم ٠

فإذا استطاع هذا الكتاب أن يحقق ذلك أو شيئا منه ، فذلك مارجوت وماقصدت ٠

الفصل الأول :

الأمومة ·· والطفولة ·· والحب

(١) ما الحب

(٢) الحب ·· الغذاء النفسى للطفل

(٣) الفهم الخاطئ للحب

(٤) نوع الحب الذي يساعد على نمو شخصية الطفل

(٥) كيف يمكن نقل إحساس الوالدين بحبهم للطفل لشخصه وليس لما يفعله

(٦) الطفل ·· والحب المستنير الواعى

(٧) الطفل ·· والحب الغشيم المغلق

(٨) الطفل ·· وتقدير وتشجيع الكبار لما يفعل ·

(٩) الطفل ·· وإحساسه بحب المحيطين

الأمومة •• والطفولة •• والحب

ما الحب ..

إنه يشمل أشياء متعددة ، فمن الصعب أن يكون لدينا كلمة واحدة تعنى نواح متعددة ، ومرتبطة ببعضها لهذا الاحساس الهام• ولذلك ينبغى عند معاملة الأطفال معرفة وفهم المصطلحات اللازمة للحب ▪ والصفة الهامة للحب واللازمة لشخصية الطفل التي تقول «أحب هدى ليس لما تفعله أو لا تفعله بل لأنها هدى »

هذا النوع من الحب غير مشروط ، المفضل للطفل على ما هو عليه لا يمكن الاستغناء عنه لنمو شخصية الطفل •• بل هو الغذاء اللازم لضمان سلامة الشخصية السوية فى مراحل العمر المختلفة ▪

الحب هو الغذاء النفسي للطفل :

الحب للطفل هو الغذاء النفسي الذي تنمو وتنضج عليه شخصيته ▪ وكما يتغذي جسمه على الطعام ، فإن نفسه تتغذى على الحب والقبول •• كما أن جسم الطفل ينمو مع الغذاء لا مع أي لون من الطعام ، فإن نفسه أيضا تنمو على الحب الصحيح الحب المستنير الواعى، فليس كل حب يقدم مع الأسف بالغذاء الملائم المفيد لنفس الطفل •

الحب الواعي المستنير :

يقتضينا أن نبدأ أولا بإحاطة الطفل بجو من الدفء ، دفء شعورنا وحناننا وإقبالنا ، وبإعطائه من أنفسنا فى سخاء ، فإن ذلك خليق بأن يملأه ثقة بنا واطمئنانا إلينا ، وبالتالى ثقة بنفسه

واطمئنانا إلى العالم حوله ، وهو بأشد الحاجة الى هذه الثقة لكى يخطو الخطوة التالية في سيرته نحو النضج ٠

أما هذه الخطوة التالية :

فهو خروج الطفل ببطء تدريجيا عن أنانيته وتركيزه على نفسه إن كل ما يجري حوله لا معنى له في أول الأمر من حيث ما يرتبط بنفسه فقط ، ويري أن رغباته حق مطلق لا سبيل إلى الابطاء فيه أو الاغضاء عنه ٠ كما يصر على أن يوجه الانتباه كله اليه ٠

نجد أنه إذا بدأ يطمئن الى نفسه ، والى الدنيا من حوله استطاع رويدا أن يخرج من الذاتية المطلقة وأن يتجه في بطء إلى قدر يسير من الموضوعية مطردة ، كلما تقدم به العمر ٠

وهذه الموضوعية :

تساعد حقا على أن يدرك أن للغير أيضا رغبات وحقوقاً قد تتعارض في بعض الأحيان مع رغباته ، وحقوقه . وأنه لابد له أحيانا من قبول الحل الوسط الذى قد يكون من شأنه إرجاء بعض رغباته أو التنازل عنها ، أى أنها تساعده على أن يخرج عن تركيزه على ذاته ، وعلى أن يقبل المشاركة ٠٠ ومتى انبثقت هذه القدره على نفس الطفل فقد أمنا عليه من عثار الأنانية ، وحق لنا أن نطمئن إلى سيره قدما فى طريق النضج الصحيح ٠

الفهم الخاطئ للحب :

من الشائع فى مجتمعنا المتعلم إعطاء الطفل الإحساس بأن قبوله من آبائه ومدرسيه وأصدقائه يتوقف إلى حد كبير على ما

يعمله • هذا يدعو الطفل إلى الاقتناع بما يعنى ؛ إذا كنت تعمل جيدا سوف أحبك ، كل ما تعمل عملا متقنا يكون احتمال نجاحك اكبر ؛ وكل ما أحبك اكثر ، وكل ما تهمل فى عملك تخطئ اكثر واحبك اقل •

ويعد هذا الفهم الخاطئ والشائع عاملاً كبيراً فى احساس الطفل بالخوف ، وعدم الثقة بالنفس ، وله تأثير غير بناء على نمو شخصية الطفل ، ويعتبر السبب الأساسى فى كثير من المشاكل الحالية والمستقبلية فى حياة الطفل •

ويمكن إدراك التشابه في ذلك بما يأتي :

مما يحسه الزوج بالاطمئنان والرضا عند معرفته أن زوجته تحبه بدرجة لا متعلقة إطلاقا بنجاحة أو فشله ، ولا تعطى له الشعور بأنها تحبه أكثر إذا كان ناجحا فى حياته ، أو تحبه بصورة أقل إذا كان غير موفق ، ولكن تشعره بالحب الدائم سواء نجح أو فشل ؛

مثال آخر :

الزوجة التى تعيش وفق اعتبارها أن حب زوجها يتوقف مباشرة على وجود شبابها وجمالها ، وعلى معرفتها بتنظيم وإعداد الطعام ، وعلى كيفية تصرفها بنجاح مع متطلبات المجتمع بالمقارنة مع الزوجة التى تشعر بأن زوجها يحبها لشخصها هذا هو الحب الذى لا يتعلق إطلاقا بجمالها وقدرتها على عمل ما •

نوع الحب الذى يساعد على نمو شخصية الطفل :

هذ النوع من الحب الذي يمنح الطفل ، الحب غير المشروط• هذا الحب الذى يعتبر أكثر الأركان الأساسية لنمو شخصية الطفل

السوي • هذا هو نوع الحب الذى يساعد على نمو الثقة بالنفس ، ويخلق فى الفرد إحساسه الطيب نحو نفسه ويؤدى إلى إحساسه بالرغبة الصادقة أن يحاول ويغامر فى حياته دون خوف من نتيجة الفشل • هذا هو نوع الحب الذي يخلق الأبطال ، ويساعد على نمو اطفال واعين مدركين للحياة هذا الحب حيوي • وهام وضروري للطفل ولاسيما في سنواته الاولى (والعشر الأولى من حياته) • وعلى الآباء منحه للطفل بسخاء فى هذه الفترة • وهذا لا يعنى أن هذا الحب غير هام فى مراحل العمر الأخرى فى الحياة•

فالفشل فى إقناع الطفل فى مراحل عمره المختلفة بأن هذا الحب هو احساس والديه نحوه ، يكون السبب الوحيد والهام الذى يؤدي إلى انحراف شخصيته فى مراحل الطفولة المتأخرة أو فى المراهقة أو فى الشباب والرشد •

ومما لا شك فيه أن معظم الآباء لديهم هذا الشعور بالحب والحنان نحو أطفالهم•

كيف يمكن نقل إحساس الوالدين بحبهم للطفل لشخصه وليس لما يفعله ؟

هناك ثلاثة اتجاهات تصدر من الوالدين ؛ لكي يشعر الطفل أن الوالدين يحبانه لشخصه وليس لما يفعله •

(١) ينبغي أن يكون عدم الموافقة موجهاً نحو ما يفعله الطفل وليس نحو الطفل نفسه :

الأفضل أن يكون واضحا فى ذهن وتفكير الآباء والمدرسين

والموجهين ، كذلك الي الطفل من البداية الحقيقية التى تدعو إلى أنه على الرغم من عدم الموافقة على ما يفعله الطفل فهو مقبول لدى الجميع • ويمكن الإدراك جيدا بأنه ليس هناك أى تعارض فى تصحيح ونقد أخطاء الطفل • وفى الوقت نفسه مساعدته على الإحساس بحبنا له كانسان مهما فعل •

ولكي نوضح هذه الفكرة أكثر • ليس هناك تعارض فى نهر الطفل ونقده بسوء سلوكه ثم رفعه ومعانقته أو التعبير له بالحب بالكلمات أو القبل •

وفى الحقيقة هذه الافعال ليس بها تناقض أو تعارض ، ولكن لها تأثير فعال من ناحيتين :

١ – يهمنى أن اصحح سلوكك لأنى أحبك •

٢ – لا أوافق على أفعالك • ولكن أحبك حبا جماً ، دون النظر إلى ما تفعله •

وفى الحقيقة ليس هناك أى تعارض فى رغبة الأم أو الأب الصادقة فى تعليم طفلهما وكذلك المدرس الأمين ، بلا شك يشعر بالفخر لمحاولته المخلصة فى تحسين سلوك الطفل عن طريق الحب•

وأيا كان الحال : فليس هناك تعارض فى أن يدرك الطفل ما يلي :

« أحبك حبا مستقلا عن سلوكك • أحبك حتي لو أدت تصرفاتك إلى إغضابى أحبك اكثر لو تسلك سلوكا حسنا » •

وبذلك يحاول الطفل أن يعدل من سلوكه عن رغبة وليس

عن رهبة ٠

(٢) ينبغي أن يمتدح الطفل لشخصه اكثر مما يمتدح لما يأتي به من أفعال :

يتبع السبب الثانى من عدم فهمنا لدور الطفل من تحمسنا الزائد أن نرى أطفالنا ينجحون فى مجتمعنا المعاصر ٠ وفى هذا الاتجاه نمتدح ، ونكافئ أطفالنا حين يبذلون مجهودا كبيرا ، ويحصلون على أعلى مستوى من النجاح : **مثال ذلك :**

ما تشعر به الأمهات والآباء من الفرح والرضا والتقدير الجيد الذى حصل عليه الطفل أو لأى نوع من التفكير أو العمل المنتج الذى يقوم به الطفل ، وبهذا يصبح من السهل أن يشعر الطفل أن هذه الافعال هى المصدر الوحيد الذى عن طريقه ينال المدح والمكافأة والقبول ٠

وأنه فى غاية الأهمية أن يغدق على الطفل الكثير من المديح والحب دون ربطهما بالتحصيل والنجاح ٠ ينبغى أن نعطى الفرصة للطفل بالشعور بأن التقدير الجيد والتفكير المنتج يستحقان الإعجاب، والمديح والتشجيع أو المكافأة ٠ ومع ذلك: ينبغى أن يشعر أيضا بأنه يمكن أن يمنح بسخاء المديح والتشجيع والحب دون أى ارتباط بأى شيء آخر حتى فى الحالات التى يتعرض فيها للنقد٠

(٣) ينبغى أن يكون الحب متبادلا :

ينبغى أن تدرك الأمهات والآباء الصعوبات التى يعانى منها من سبقونا فى علاقاتهم ببعض ٠ فإذا كان إنسان يحب آخر بكل ما فيه من مساوئ وعيوب دون أن يعلم الأخير بهذه الحقيقة ٠

فهذا الحب لا يكون له وجود • بل ينبغي أن يكون الحب متبادلا • فإنه لا يكفي أن يشعر الإنسان بالحب ، بل ينبغي أن يشعر بحب الطرف الآخر ، ويمكن للوالدين التعبير عن حبهم لأبنائهم بوسائل متعددة أو بالحركات البسيطة كل يوم •

وبعض هذه التعبيرات غير المباشرة عن الحب هي :

١) **احتضان الطفل في فراشه ليلا** ، على الرغم من ارتكابه بعض الأخطاء نهارا مع استمرار احتضانه اذا كان وصل إلى السن لا يدعو إلى هذ النوع من التعبير •

٢) **الاشارة الى الطفل بهذه العبارة** : اصبحت الآن رجلا أو شابا في الوقت الذي يرغب فيه أن يكون كبيرا •

٣) في حالة ما إذا أخطأ الطفل في عمل ، **فالأفضل الإشارة اليه** بذلك عن طريق الضغط على الشفاه ، بدلا من لومه وإحراجه أمام أصدقائه •

٤) **احترام شخصية الطفل** في كل المواقف ، ومحاولة أخذ رأيه في اختيار حاجياته وأشيائه الخاصة بقدر الإمكان •

٥) **تجنب الإشارة أو امتداح أي طفل** آخر سواء يعرفه أو لا يعرفه الطفل في جميع المناقشات •

ولكن لا تكفي هذه الأفعال للتعبير عن الحب : سواء كان طفلا أو مراهقا أو راشدا ، ولذلك ، كان من الضروري في معاملة الأطفال **التعبير مباشرة عن الحب كالقول** : « أحبك » أو أنك **طفل لطيف** •• إلخ ويفضل وقت التعبير عن الحب للطفل **حين لا يكون منصرفا إلى أي عمل ما** ، وربما ذلك الوقت يكون **حين يلجأ إلى وقت النوم** •

وهناك طريقة أخرى للتعبير عن الحب للطفل :

وذلك بامتداحه ، وسرد صفاته الحميدة على مسمع من الطفل أمام الأقارب ، أو الضيوف • فهذه الطريقة التى بواسطتها نتحدث عن الطفل بطريقة غير مباشرة تساعد كثيرا على التقرب والتآلف مع الطفل • ولكن لتحرص على ألا تقلل من شأن الطفل• وألا نذكر مساوئه لأى فرد آخر على مسمع من الطفل

– ينبغي أن يشعر الطفل أنه المفضل لوجود صفات خاصة له وحده :

قليل من الامهات والآباء الذين يشعرون بقدر متساوٍ من الحب لكل أطفالهم • وفى الغالب هم يحاولون ويكافحون ليظهروا حبا متساويا لكل طفل لإحساسهم بأن هذا هو العدل • ولكن هذا المجهود لا قيمة له •

– هناك رأي أعتقد أنه صائب :

يحتاج اليه كل طفل ، ومن حقه أيضا أن يعتقد بأنه الطفل المفضل لدى والديه ، وبأنه لا ينال قدراً متساويا من الحب مع إخوته بل يمنح من الحب بقدر أكبر من أي منهم •• ينبغى أن يشعر الطفل بأنه المفضل وذلك لوجود صفات ومميزات خاصة له وحده • فمثلا أفضل منى لأنها الكبري • وهدى لأنها **الصغري** • ورامى لأن **شعره جميل** •• فيشعر الطفل أنه مقبول ومحبوب من والديه لصفة فيه • وليس لعمل قد قام به أو سوف يقوم به ••

فإذا شعر الطفل بأنه المفضل لأنه أكثر أدبا أو أحسن سلوكا ،

أو أكثر رقة فإن هذا الاتجاه سوف يعجزه عن الاستمرار على هذا النحو •• أما إذا كان شعور الطفل أنه **المفضل دائما لأنه قائم على صفاته الشخصية المميزة** فسوف يبعث ذلك في نفسه الاحساس بالهدوء والرضا والاطمئنان •

الطفل •• والحب المستنير الواعي :

إذا كنا نحب الطفل حبا مستنيرا واعيا ، لأهمية قدراته وحدوده ، ويقظته لرغباته وحاجاته ، فإن في ظل هذا الحب سينمو الطفل أيضا مطمئنا ، وسيرفعنا هذا الحب إلى أن نقف منه موقف التشجيع والمساندة ما أحتاج اليهما في كفاحه الدؤوب لممارسة قدراته تحقيقا لحاجات نموه • لن يخطر لنا أن نقوم عنه ببعض ما يود فنحرمه من لذة الاكتشاف ، والأداء اختصارا للوقت والجهد •

فإذا اصاب **نجاحا** في جهوده التي تراها صغيرة ، ويراها كبيرة أحس منا الغبطة ولقى الثناء • وإذا أصاب فشلا ، ولمس منا الهدوء والتشجيع على أن يعيد المحاولة من جديد ، فإذ به يزداد اطمئنانا إلى العالم حوله ، وإذ به يبدأ يشعر بالثقة في نفسه ثم يستمر في غير خيلاء ، أو زهو والطمائنينة تحوطه ، والثقة تنمو معه حتي يكبر ليكون إنسانا **متميزا هادئا واثقا في نفسه ، قادراً على مقابلة تحديات الحياة في فهم وعزم ، بعيدا عن أن يزهيه النجاح أو يعقده الفشل ، ناعما سعيدا بما يحققه ، منطلقا إلى المستقبل في إيمان وتفاؤل ، سيد قدره ، ومصيره ، في نطاق ما يملك الإنسان من سلطان على القدر والمصير •**

الطفل •• الحب الغشيم المغلق :

إذا كان حبنا للطفل ، الحب الغشيم المغلق ، الذى يخاف عليه الأذى فنحوطه بعنايه مسرفة ، نرقبه فى جزع ، ونحصي عليه خطواته ، نكاد نمنعه من أى نشاط مستقل خشية مما يتعرض له من ضرر • سينتقل هلعنا إلى الطفل ، فيباعد بينه وبين الطمأنينة ، وسيبدأ ينظر إلى العالم حوله وكأنه مستودع أخطار لا يعرف متى أو كيف أو من أين ستدهمه • والطفل إذا ملأ الخوف نفسه فقد متطلعاته ، وخفقت قدرته على الانطلاق إلى الخبرة فقعد دونها • كيف ننتظر منه إذا كبر أن يكون انسانا ، عارفا قدراته ، مطمئنا إليها• واثقا من انها ستكون عدته وعونه فيما يقابل من مشاكل الحياة •

الطفل •• وتقدير وتشجيع الكبار لما يفعل :

شعور الطفل بتقدير الكبار من افراد اسرته لما يفعل ينمي أو ينبه فيه خير ما عنده ، ويبعث الحماس للقيام بخير ما يستطيع •

أما من لقى الاستهانة والتحقير أو الإشاحة ، وعدم الاكتراث ، فلن يبعث ذلك فى نفسه الا الشعور بالمرارة والعجز •• ذلك أن قدرات الطفل تتغذى وتنمو على التشجيع ، ولكنها تضمر وتموت على التقريع والتثبيط والإهمال • ومعنى ذلك ألا ينتقد الطفل أو يراجع إذا أخطأ • والا يحفظ من التعرض لأخطاء يؤذيه التعرض لها فعلا • ولكن ما أبعد الفارق بين المراجعة فى رفق والوقاية فى هلع أو الإشاحة فى الإهمال وازدراء أو اللوم فى تحقير وعنف •

فإن الكبار الذين تعوزهم الثقة بالنفس كانوا رجالا لم يحاطوا بالفهم والمساندة ، والتشجيع ،ولم تسعد قلوبهم بكلمة ثناء قط ، ولم

يحاطوا بالحب الواع المستنير الذى يبعث الاطمئنان والثقة فى نفوسهم • (فى طفولتهم) •

الطفل •• وإحساسه بحب المحيطين :

مما سبق يتبين أن قوة الخلق والشخصية والشجاعة والعزم والأمانة والاتزان والثقة بالنفس ، والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا •• إنما تنبعث من شعور الطفل بدفء الجو الذي يعيش فيه ، ثم من الثناء والتقدير ما يستحقه •• وما أكثر ما يعرض للأسرة من فرص لتنمية هذه الفضائل في صغارها كل يوم •

فإذا شئنا أن ينشأ أبناؤنا على الثقة والاطمئنان ، وأن يتجهوا إلى العمل البناء فى تعاون وإيثار ، وأن يجدوا السعادة فى البذل والعطاء •• فلنعطهم الحب أولا •• لنعطهم الحب الواعى المستنير اليوم إذا شئنا لهم أن يعطوه لنا بدورهم فى غد •• لنعطهم الحب فإن فاقد الشيء لا يعطيه، ليكن حبنا لهم حب الايثار لا الإثرة ، حب العطاء لا الأخذ • حب التضحية والبذل •• الحب الذى ننسى أنفسنا فيه دائما ونذكرهم دائما حتى يمهد لهم السبيل ليكونوا الأفراد الذين نود ويود الوطن معنا أن يكونوا .

الفصل الثانى :

نشأة الطفل وتجاربه الأولى

(١) أهمية النمو النفسى للطفل .

(٢) تأثير استمرار الأحداث المحزنة فى حياة الطفل .

(٣) أسباب تغير سلوك الأم نحو طفلها .

(٤) الأحداث المبكرة .. وشخصية الطفل .

« نشأة الطفل وتجاربه الأولى »

(١) أهمية النمو النفسى للطفل :

إن ما يحدث أثناء النمو النفسى للطفل ذو أهمية بالغة لنا لسببين :

أولهما : رغبتنا الذاتية فى معرفة أقصى ما نستطيعه عن الطفل ٠

ثانيهما : هو إيماننا المطلق بأن كل ما يمر بالطفل فى أيامه المبكرة الأولى يلعب دوراً مؤثراً فى شخصيته المقبلة ٠

أما السبب الأول : فهو من المسلمات ولا يحتاج إلى تحليل – سواء كان ذلك الاهتمام عمليا أو نظريا ، وسواء أسفر عن اكتشاف أنماط حديثة لمعاملة الطفل فى مراحل حياته المختلفة أو رغبتنا فقط فى فهم كل ما يستقر خلف سلوكه الفطرى ٠ فمن واجبنا أن نحسن ملاحظتنا فهي توصلنا إلى نتائج ذات قيمة ٠ فمثلا :

- أى نوع من الدمى وأدوات اللعب تصلح لطفل فى عامه الأول ؟
- كيف ندربه على السيطرة على نوازعه العدوانية ؟
- وهل من الأفضل تعليم طفل الثالثة القراءة والحساب أم نتريث ونصبر عليه حتى ينضج تفكيره ؟

هناك عشرات الأسئلة تهم الوالدين ويجب أن يعرفوها عن

طفلهما ومازال العلماء يجدون فى البحث عن اجابات سليمة لها •

ونقصد وراء اهتمامنا بالبحث عن أفضل السبل للعناية بالطفل توفير راحته وسعادته •• وذلك طبيعى لتوفير الصحة النفسية والبدنية له •

* **أما سبب الاهتمام الثاني بتربية الطفل** : فيتلخص في المثل القائل (طفل اليوم والد الغد) ويقصدون أن كل ما يمر بالطفل من أحداث يرسب فى أعماق نفسه طوال حياته • وعلى ذلك ينبغى حتي نفهم معنى سلوك الشاب البالغ أن نعود به إلى طفولته المبكرة – وهي المرحلة التى كان فيها « عجينة » رخوة قابلة للتشكيل – ومن ثم تتحدد مسئولية الأم باعتبارها « صانعة» الشخصية أو شريكة على الأقل فى صنع الأحداث •

(٢) تأثير استمرار الأحداث المحزنة فى حياة الطفل :

يظهر تأثيرها في شخصية الراشد البالغ • ويحدث ذلك إذا ما توالت الكوارث على الطفل ، وتقاطرت فتفرض على الطفل نوعا من الحياة «الغيرة» اختارها له قدره وسوء حظه ، فيكون له عذره إذا ما أخطأ اختيار السلوك المناسب ليهرب من واقعه ، وينمو في إعماقة الشعور بالحقد على المجتمع ، فيتخذ من الانحراف منهاجا لحياته تدفعه إليه جذوره القديمة المتاصلة في داخله بحيث يستطيع المرء أن يتنبأ بخاتمه أى طفل فى مثل تلك الظروف حيث تتداعى مقاومته تحت ضربات تلك الضغوط النفسية التى يفرضها عليه ماضيه •

(٣) أسباب تغيير سلوك الأم نحو طفلها :

لوحظ في بعض التجارب النفسية بعلاقة الأم بالطفل في مراحل عمره – تغيرات هامة – لبضعة شهور فقط – في سلوك الأم ، كان سببه غالبا :

١ – تغير في سلوك الطفل نفسه ٠٠ أو مؤثرات خارجية ٠

٢ – استقبال الأم بمولود جديد ٠

٣ – إنشغالها فجأة عن طفلها بعمل يساعدها على اكتساب قوتها أو ،

٤ – انشغالها في عمل أجتماعي اضطرته ظروف العصر، أو

٥ – تكون قد تقدمت في السن مما قلل من قدرة تحملها ،

٦ – أو أسباب اقوي طارئة : مما يسبب تغيرات قد تبدو طفيفة لكنها بالغة الأهمية في علاقتها بطفلها ٠

٧ – مواجهة الأم مشاكل الحياة : كإطعام طفلها أو كسائه أو تعليمه وتفشل في إيجاد الحلول المناسبة٠ وتفقد بسبب ذلك اتزانها العاطفي وتبدو متوترة الأعصاب من الحاضر والمستقبل ٠ وعندئذ تصبح مشكلة الطعام أشد قسوة حين تدور الأم في دوامة قاسية يتعذر التفكك منها إلا إذا تدخلت قوة خارجية أشد ايلاما ، فتغطي على الأحداث السابقة وتشغلها عنها . فهو يعود بنا إلى نظرية (اختلاط الحدث) بغيره كمؤثر على تشكيل نفسية الطفل٠

٨ – حين تكون الأم سيدة كادحة في بيت يسيطر عليه مستبد خشن الطباع ضيق الأفق ٠

تلك هى بعض أسباب تغيير سلوك الأم نحو طفلها ، وتؤثر على تكوين شخصية الطفل خلال فترة نموه .

(٤) الأحداث المبكرة ·· وشخصية الطفل :

أصبحت فكرة تأثر شخصية الطفل بالأحداث المبكرة من المسائل الشائعة المعترف بها بين الآباء ·· نجدهم لا يلتزمون بمنهج ثابت فى تربية الطفل على المدى البعيد للوصول إلى أفضل النتائج . حيث إن مشاغل الحياة اليومية تشغلهم عن تلك المسئولية الجسيمة ، ومن هنا تتحدد مسئوليتهم .

وأثبتت التجارب والبحوث المختلفة أثر الأحداث المبكرة على حياة الطفل المستقبلية ، رغم غموض هذه الصلة بين ذكريات الماضى واحداث الحاضر .

فمن خلال الملاحظات الطبيعية على مايحدث للطفل بطبيعته وأهمية الأحاسيس الانفعالية ، فى مظاهر هي :

- التوتر النفسى الذى يرثه الطفل عن أبويه ·· فتراه يشب متأثرا بأبيه المستبد والذى يسئ معاملة الأسرة ··
- وينشأ الطفل ثائرا على الظلم ومظاهر القسوة التى لقيها فى طفولته ·· يرفض كل مظاهر النظام الاجتماعى الذى يواجهه حين يكبر ·· ثم تنعكس علاقة الطفل بأبويه وأخواته بما يترسب فى عقله الباطن من صراعات ، وينتج عن ذلك اضطرابات سلوكية، ويبدو أكثر عنادا ونزوعا للعدوان .
- ومما لاشك فيه أن كل ما يصادف الطفل في باكورة حياته من صدمات أو ظروف أليمه يظل عالقاً فى ذهنه فيلاحظ عليه :

– مظاهر التردد وهو يجتاز قنطرة مثلا ، ويخاف الماء خشية الموت أو الغرق •• فهى جراح قديمة خلقت آثارا محفورة فى اللاشعور رغم احتمال زوال أثرها واندمالها تماما •

مما سبق : حين يدرك الآباء تأثير الأحداث المبكرة على شخصية الطفل ، يعتبر هذا الإدراك قبسا ينير للآباء طريقهم فى اختيار أنسب الوسائل فى التنشئة النفسية للطفل البرئ حتى يخلو من كل عوامل التعقيد ، والقلق ، والخوف ، والتردد •

وأيا كان تأثير التجارب الأولى على الطفل : فإن المحاولات التى يبذلها الأخصائيون فى سبيل تقويم خلق أطفال حرمتهم ظروفهم من الرعاية الأبوية ، حتى يشبوا صالحين لا تشوب سلوكهم شائبة •

وكذلك ما يقوم به الأخصائيون •• من عمليات «غسيل» لاحقة ، قد ثبت جدواها ، وأكدت ضرورة متابعة العلل حتي تثمر وتترك على نفسه طابعا جديدا يساير المجتمع •

الفصل الثالث :

الأمومة .. وحاجات النمو للطفل

المقدمة

(١) حاجات النمو الجسمى .

(٢) حاجات النمو العقلي .

(٣) حاجات النمو الانفعالى .

(٤) حاجات النمو الاجتماعى .

« الأمومة •• وحاجات النمو للطفل »

المقـدمـة

إن مرحلة الطفولة هى المرحلة التأسيسية فى نمو الطفل من جميع النواحى :

الجسمية ، والنفسية ، والعقلية ، والاجتماعية • لذلك يجب أن نقف على حاجات الطفل الجوهرية ، وعلى كيفية تحقيقها وإشباعها، لكى ينمو الطفل وينفتح بشكل كامل متزن فى جوانب شخصيته المختلفة :

الجسمية • والنفسية • والعقلية • والاجتماعية • والروحية ، وكلها حاجات ضرورية يجب إشباعها كى تنمو شخصية الطفل نموا سليما متزنا •

وينبغى ملاحظة أن هذه الحاجات تتشابك وتتداخل وتتفاعل بحيث إن عدم إشباع أى حاجة يؤثر على الحاجات الأخرى فيحبطها •

فمثلا : إذا لم تشبع الحاجات الفسيولوجية المختلفة : كالحاجة إلى الغذاء والراحة والنوم •• فسوف تسبب إحباطا لحاجة أساسية من حاجات النمو الوجداني ، والاجتماعى •• والحاجة إلى الأمن !

كذلك : عدم إشباع حاجة الطفل إلى الحب والعطف ، الحنان، بإهماله ونبذه ، القسوة عليه ، وكثرة تهديده ، وعقابه •• يؤدي إلى زعزعة شعوره بالأمن ، وهذا بدوره يؤثر تأثيرا سلبيا

على نموه الجسمي والنفسى والعقلى .

أولاً : حاجات النمو الجسمى للطفل :

١) الغذاء الصحى :

يلعب الغذاء الصحى دورا هاما فى نمو الطفل ؛ حيث :

- يزود الجسم بالطاقة التى يحتاج اليها للقيام بنشاطه
- يساعد على إصلاح الخلايا التالفة وإعادة بناءها .
- يساعد على زيادة مناعة الجسم ضد بعض الأمراض .

* **العناصر الغذائية التى يحتاج إليها الطفل :** المواد السكرية، النشوية ، والمواد البروتينية الحيوانية ، والنباتية ، والأملاح المعدنية، والفيتامينات ، والماء .

* **يحتاج الطفل إلى :**

١) ثلاث وجبات رئيسية يوميا : تحوى الكميات الكافية من الأغذية الحيوية اللازمة لنموه ونشاطه ، ووقايته من الأمراض ، مثل : اللحوم . البيض . اللبن . الزبدة . الفواكه . الخضروات المطهية والطازجة . والخبز .

٢) يحتاج أيضا إلى أن يتعود تناول الوجبات كاملة ، وفى مواعيدها ، حتى لا يتعرض للجوع بين الوجبات ، فيضطر إلى تناول الفاكهة والحلوي التى لا تمده بالأغذية الأساسية اللازمة له وفى هذا السن ، وبذلك يتعرض لأمراض سوء التغذية .

(٢) الإخراج :

- يتحكم الطفل فى التبرز فى سن عام .
- يتحكم الطفل فى البول من سن ٢ – ٣ سنوات.

الاتجاه السليم فى التعامل مع الطفل خلال عملية التدريب على ضبط وظائف الإخراج :

- يبدأ التدريب على هذا الضبط قبل سنة بعد نضوج عضلات الظهر •
- على الأم أن تعود الطفل الجلوس على الإناء الخاص بالتبرز فى مواعيد منتظمة ، وتعليمه أن يحدث صوتا معينا عندما يريد التبرز•

■ فى حالة إخفاقه :

تتجنب التوبيخ والعقاب ، بل تظهر عدم رضاها فقط ، وتعيد محاولات التدريب •

* فى حالة النجاح

- تشجع الأم طفلها ، وتظهر رضاها ، وموافقتها • فيسعد بذلك الطفل ويحاول التحكم •
- تمثل هذه العملية أول احتكاك للطفل بالسلطة الخارجية الأم •
- التبكير فى التدريب ، وعقابه على عدم قدرته على الضبط يؤدي إلى أن يشب الطفل معرضا للأمراض النفسية ، وخاصة الوسواس القهرى ، ويشب كارها للسلطة الخارجية•

(٣) الحاجة إلى الملبس المناسب :

يحتاج الطفل إلى ملابس مناسبة للجو الذى يعيش فيه ، مع ملاحظة عدم الإكثار من الملابس بطريقة مبالغ فيها ، لأن ذلك يجعله يشعر بثقلها . كما أنه يعرضه لنزلات البرد بسبب غزارة العرق ، وخاصة إذا كان من الأطفال الذين يتميزون بكثرة الحركة•

([illegible]) الحاجة إلى مسكن مناسب :

هو الذى يتوافر فيه : الهواء النقى • الشمس • الهدوء والبعد عن الضوضاء • الاتساع • وتوافر المكان الذى يستطيع أى يجرى ويلعب فيه ، لأن الحركة واللعب هما مفتاح النمو الجسمي والعقلى والنفسى والاجتماعى للطفل •

(٥) الحاجة إلى الوقاية والعلاج من الأمراض :

- بالوسائل الطبية المعروفة لمقاومة كثير من الأمراض ، والوقاية منها ، مثل :

الجدرى ، والدفتريا ، والتيفود ، شلل الأطفال • والسعال الديكى ، والسل والحصبة •• وغير ذلك من الأمراض الأخرى •

- وسرعة معالجة الطفل من المرض بمجرد ظهوره لتجنب المضاعفات •

(٦) الحاجة إلى الوقاية من الحوادث :

ترتبط ارتباطا شديدا بحاجته النمائية للحركة واللعب والجرى ، والتى ترتبط بدورها بحاجته إلى الكشف والمعرفة ، وحب الاستطلاع •

لذلك •• فالطفل في حاجة إلى الرقابة والوقاية من الظروف المؤدية للحوادث ، كما أنه أيضا فى أمس الحاجة إلى تعليم السلوك الذى يؤمنه من الأخطار •

ثانيا : حاجات النمو العقلى للطفل :

١) الحاجة إلى البحث وحب الاستطلاع :

١ – يرتبط نمو الطفل العقلى بنموه الجسمى ، والطفل بطبيعته ميالا للحركة ، واللعب كما أنه ميال بغريزته إلى المعرفة وحب الاستطلاع

٢ – يكتسب معلوماته ونمو معارفه عن طريق خبراته التى يمارسها بنفسه عن طريق استعمال عضلاته ، عن طريق حواسه المختلفة : كالبصر والسمع ، والذوق ، والشم ، واللمس ، فالحواس هى أبواب المعرفة .

٣ – وأخيرا فإن ألوان نشاط الطفل تحقق حاجته إلى الحركة ، واللعب ، واشباع فهمه إلى المعرفة ، وفهم البيئة التى يعيش فيها .

٢) الحاجة إلى اكتساب المهارات اللغوية :

يرتبط النمو العقلى للطفل أيضا بالنمو اللغوى والجسمى :

العوامل التى يتوقف عليها النمو اللغوى للطفل :

١ – العمر الزمنى ٢ – الصحة العامة ٣ – الجنس ٤ – الذكاء ٥ – البيئة ٦ – الاتصال بالكبار والتفاعل معهم .

٣) الحاجة إلى تنمية القدرة على التفكير :

من خلال :

١ – الملاحظة الدقيقة للحقائق .

٢ – ممارسة الخبرات الجسمية والحركية

٣ – كسب المهارات اللغوية

٤ – الاتصال بالغير من الصغار والكبار

- – تهيئة بيئة زاخرة مما يشجع على اللعب والممارسة العقلية للأشياء ٠

(٣) حاجات النمو الانفعالى للطفل :

١) الحاجة الى الأمن :

تعتبر الأم مصدر الإشباع لحاجات الطفل ، والسند الأساسى لأمنه وإطمئنانه فهى :

* تطعمه إذا جاع ، وتدفئة إذا برد ، وتوفر له الراحة إذا تعب ٠
* تهرع لنجدته إذا صرخ ، لا تعاقبه إذا أتعبها أو أقلق نومها ليلا بصراخه وبكائه ٠
- لا تقسو عليه أو تضربه إذا تسبب فى إتلاف شيء من ملابسه ٠ أو أثاث مهده ٠

ولكل هذا يشعر الطفل أنه فى حماية ، وفى طمأنينة وسعادة ، وتمتلئ نفسه بالأمن ٠

- **ملاحظة الأم للطفل :** تؤدي إلى نمو الجهاز العصبى والمساعدة على النمو والحركة ٠

– الخبرات المختلفة مثل : الهز ، والغناء ، تشبع المطالب السيكولوجية عند الطفل ٠

- **إذا أخفقت الأم فى إشباع أمن طفلها فى سنواته الأولى ،** بإهمالها إياه ، تسئ إليه حاليا ومستقبلا ، فيشعر طول حياته بالخوف من الناس ، وعدم الثقة بهم ، ويظل يشعر بالاضطراب والقلق وعدم الاستقرار ٠

* **الطفل لا يشعر بالأمن إلا إذا :**

– عاش فى جو أسري متماسك فى كنف والديه ٠

فتمتلئ نفسه ثقة ، تكون معينه الأكبر على تكوين علاقات اجتماعة سوية مع غيره من الناس في مراحل العمر المختلفة .

عوامل عدم إشباع الطفل بالأمن :

١ - انفصال الأم عن الطفل في سنواته الأولى .

٢ - تفكك الروابط الأسرية .

٣ - فقدان أحد الوالدين أو كليهما .

٤ - الشجار بين الوالدين .

٥ - إصابة أحد الوالدين أو كليهما بمرض نفسي أو عقلي .

٢) الحاجة إلى التقبل :

- الطفل في حاجة إلى أن يكون محبوبا مقبولا ، مرغوبا فيه من الوالدين والآخرين .
- الطفل في حاجة إلى الانتمائية .
- الطفل في حاجة إلى أناس يعترفون به ومبادلته حبا بحب ويشعرونه بكيانه .
- الطفل في حاجة إلى أسرة يجد فيها الحماية والعطف والتقبل .
- الطفل في حاجة إلي أسرة توفر له احتياجاته المادية والنفسية .

تأثير تقبل الطفل من المحيطين :

- يكون أكثر ثقة بنفسه ، وأكثر استقرارا وميلا إلى المودة .
- يكون قادرا على تكوين علاقات اجتماعية طيبة مع المحيطين .
- يكون تبعا لصفاته المزاجية ، إما هادئا متزنا أو نشطا متحمسا .

تأثير نبذ الطفل :

- فقدان الشعور بالأمن •
- يبث فى الطفل روح العدوان ، والحقد ، والعناد ، والعنف والرغبة فى الانتقام •
- يؤدي إلى الجنوح عند الاطفال والشباب •
- يؤدي إلى استرعاء الأنظار اليه ، متلهفا إلى العطف بطرق منفرة •
- يؤدي إلى ان يصبح مترددا قلقا ، مرتبكا ، خجولا ، غير مكترث•

(٣) الحاجة إلى التقدير الاجتماعى :

- يجب أن يشعر الطفل بأنه موضوع سرور وإعجاب والديه والناس •
- يجب أن يعامل ويقدر به كفرد له قيمته •
- يجب تحقيق إحساسه بالأهمية بقيامه بخدمات بسيطة للآخرين ممن حوله •

(٤) الحاجة إلى النجاح :

- تشجيع الطفل والثناء عليه عند قيامه بأعمال فى حدود قدراته ، فيؤدي ذلك إلى مزيد من الثقة بالنفس ، فيبذل الجهد مما يؤدي إلى شعوره بالأمن مما يدفعه إلى الاسترسال فى محاولة تحسين سلوكه ، وكسب الخبرات والمهارات •

(٥) الحاجة إلى تأكيد الذات :

- يبدأ شعور الطفل بذاته كذات مستقلة فى أوائل السنة الثانية •
- ويبدأ عمليات المشى والكلام التى تسهل انفصاله واعتماده على أمه ، وتزيد فى الوقت نفسه من الاعتماد على نفسه ومن اتصاله بالآخرين•

■ عناصر إشباع حاجة الطفل إلى تأكيد ذاته :

- تشجيع الطفل على الاستقلال والاعتماد على نفسه بقدر مايتطلبه نموه •
- توفير مناخ الحرية والاستقلال وتشجيعه ، ومراعاة حسن معاملته •
- إتاحة له الفرصة أمامه من حين لآخر كى يجرب بنفسه شئون الحياة •
- عدم التدخل لمساعدته إلا لإنقاذه من أى خطر مادي قد يلحق به

(٦) الحاجة إلى الاستقلال والحرية :

- أول استقلال ظاهر للطفل هو استقلاله عن أمه بالفطام •
- يستقل عن أمه جزئيا ليتصل ببقية أفراد الأسرة ، ويساعده ذلك على المشي والكلام •
- يستقل عن أفراد الأسرة جزئيا حين يتصل برفاقه فى المدرسة •

- فى حاجة إلى المشى ، والكلام ، والجرى ، والتسلق ، والقفز •
- فى حاجة إلى اللعب بالأشياء ، ومع الناس فيتعلم الاعتماد على الناس ، ويكتسب الثقة فيهم ، ويزداد أمنه إلى العالم حوله •

*** معوقات الاستقلال :**

- المبالغة في حماية الطفل ، فيتعقد نشاطه خشية أن يصاب بمكروه•
- طول فترة اعتماد الطفل على الكبار ، حتى فى أبسط الأمور •

*** تأثير الحماية المفرطة :**

- سلوك غير مرغوب فيه ، وسوء التكيف الاجتماعى •
- مقاومة السلطة ، تصل الى درجة التحدى •
- الإصرار على أن يكون مركز اهتمام ، فينتظر الكثير من الآخرين •
- الالتجاء إلى الغضب ، والصياح ، والتهديد ، والعنف ، إيذاء الغير •
- فرض ما يحب ويكره على المحيطين ، ولا يعترف بخطئ•

(٧) الحاجة إلى السلطة الضابطة والمرشدة :

- يحتاج الطفل إلى سلطة ضابطة تشعره بالرقابة والإرشاد•

- يحتاج إلى نظام يفرض عليه كإطار للحياة المنتظمة فى البيت •
- يحتاج إلى بعض **الأوامر المعتدلة** التى تحد من نزعاته الانفعالية •
- الأمر الذى يجعله يساير جو البيت والمجتمع الذى يعيش فيه •
- يحتاج إلى **ثبات الوالدين كوحدة** تشترك فى تربية الطفل ومعاملته وتنشئته •

(٨) الحاجة إلى الرفاق من سنه :

- **يتفاعل معهم** ، يشترك فى ألعابهم اشتراكا فعليا فى الرابعة أو الخامسة •
- الطفل فى هذه السن **أناني** • متمركز حول نفسه •
- هنا تظهر أهمية المدرسة وفيها يتعرف الطفل بمجموعة من الأطفال، تستمر العلاقة بينهم فترة طويلة من خلال اللعب •

(٤) حاجات النمو الاجتماعى للطفل :

أهمية التنشئة الاجتماعية للطفل :

لها أثر عميق وخطير فى تشكيل شخصية الطفل وتنشئته وذلك لأن :

- الطفل فى مرحلة الطفولة يكون خاضعا لسلطان أسرته •
- يكون فى سن سهل التشكيل ، شديد القابلية للإيحاء والتعليم•
- يكون قليل الخبرة عاجزا ، ضعيف الإرادة قليل الحيلة •

- في حاجة دائمة إلى من يعوله ويرعى نموه وحاجاته العضوية والنفسية •

■ دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية للطفل :

- تعريفه بالسلوك السليم المتوافق مع المجتمع •
- تدريبه على طرق التفكير السليم المتزن البعيد عن الاندفاع•
- غرس المعتقدات الدينية •
- تعود كف بعض الدوافع غير المرغوب فيها أو الحد منها •
- إقامة الحواجز ، والتوجيه ضد الإشباع المباشر للدوافع الجنسية - والدوافع العدوانية - وهى الحواجز اللازمة لبناء كل المجتمع •
- تدريبه على المشي والكلام - وضبط المثانة والأمعاء • والاستيحاء الجنسى ، وكبت العدوان على الآخرين ، والأقربين والكبار•
- الالتزام بالعادات وطرق التصرف الملائمة ، والآداب الاجتماعية•
- نمو المبادئ السليمة والسلطة نحو الوالدين والأسرة •
- الانضباط ، وتعود التوقيت المنظم •
- تعود احترام المحيطين ، وتجنب الأنانية ، والعدوانية •

الفصل الرابع :

معوقات النمو النفسي للطفل

(١) أنانية الأم •

١ – مظاهر أنانية الأم •

٢ – الأمومة ومضار الحب الغشيم •

٣ – تأثير علاقة الكبار بالطفل •

٤ – الأم •• والطريق الســوي لمواجــهــة الأبناء للحقائق•

٥ – الأمومة •• ومفتاح السعادة للأبناء •

(٢) أنانية الأب :

١ – أثر جهل الأب بالأصول العلمية للتربية •

٢ – مثال يوضح نتيجة جهل الأب بقواعد التربية •

(٣) أهمية الأسرة •• البيئة الأولى للإنسان •

(٤) وأخيرا ••

معوقات النمو النفسي للطفل

لو أدرك الوالدان ، ولاسيما الأم ، القيمة التربوية للسنوات الأولى من الطفولة ومدي أثرها ، في تكوين شخصية الابن أو الابنة الذي سوف يكون مستقبلا، لعرفوا أن العاطفة الساذجة وحدها لن تخلق رجلا

(١) أنانية الأم :

١ - مظاهر أنانية الأم :

لا حاجة إلى الإفاضة في الحديث عنها ، لأن الأمثلة عليها متكررة وكل يوم ، وهي أكثر من أن تحصى ٠ كما أن أثرها الضار على حاضر أبنائها، وعلى مستقبلهم أثر ملموس ، فكم من فرصة للنفع والإفادة أضاعتها الأم على ابنها بسبب أنانيتها القصيرة النظر ٠٠ كم من أم وقفت في سبيل ابنها لأنها لا تريد ، بعيدا عنها ٠٠ تريده دائما إلي جانبها ، كأن في البعد عنها قضاء عليه وعليها ٠

- الأم الانانية المستبدة :

إن الأم في هذه الأنانية المستبدة لا تعرف أين يكون الخير لابنها ٠٠ إنها تريد له الخير بعاطفتها فقط ، واهمة أن العاطفة هي المربي ٠٠ تتمني مثل هذه الأم أن يكون ابنها رجلا كامل الرجولة، ولكن جهدها في هذا السبيل لا يتعدى الرغبة ومتى حققت الرغبة وحدها هذه الغاية ؟

*** الأم الحكيمة :**

الأم الحكيمة تستطيع أن تجعل من أبسط الأمور مجالا

للتطبيق فى تربية أبنائها، فهى مثلا تستطيع أن تبدأ بالسماح لهم بقضاء بعض حاجاتهم الخاصة : مثل لبس الحذاء أو خلع بعض ملابسهم ووضعها فى مكانها الخاص ، بدلا من تركها للخدم أو لها هى •• وفقا لسن الطفل واستعداده أن تسمح له بالخروج لقضاء بعض حاجياته ، أو حاجات غيره من أفراد الأسرة •

وهكذا رويدا رويدا •• هذه الأعمال البسيطة فى مظهرها لها نفعها وأثرها النفسي للطفل •

إذاً عن طريقة الممارسة تتكون شخصية الانسان ، السلوك•• وتظهر كفايته

والواقع أن ما نشكو منه الآن من رخامة السلوك ، وعدم القدرة على الاعتماد على النفس إنما غرست بذورها الأولى فى البيت •• غرسها الآباء والأمهات بعاطفتهم الساذجة إزاء أبنائهم ، ورغبتهم فى توفير الراحة لهم كاملة •

(٢) الأمومة •• ومضار الحب الغشيم :

لنفترض يا سيدتي أننا نحب الطفل ، ولكن ذلك الحب الغشيم المغلق الذى يخاف عليه الأذى فيحوطه بعناية مسرفة ترقبه فى جزع ، وتحصى عليه خطواته ، وتكاد تمنعه من أى نشاط مستقل خشية ما قد يتعرض له من ضرر •

سينتقل هلع الأم على الطفل ، فيباعد بينه وبين الطمأنينة ، سيبدأ ينظر إلى العالم حوله ، وكأنه مستودع أخطار لا يعرف حتى أو كيف أو من أين ستدهمه•

والطفل إذا ملك الخوف نفسه قيد تطلعاته ، وخفقت قدرته

على الانطلاق إلى الخبرة ، ومقعد دونها .

كيف ينتظر من مثل هذا الطفل أن يستشعر الثقة بنفسه وهى لم تأته من الكبار ، ثم ينتظر منه أن يكبر وأن يكون إنسانا عارفا قدراته ، مطمئنا إليها ، واثقا من أنها ستكون عدته وعونه فيما قد يقابل من مشكلات الحياة ؟

(٣) تأثير علاقة الكبار بالطفل :

شعور الطفل بتقدير الكبار من أفراد الأسرة لما يفعل ينبه فيه خير ما عنده ، ويبعث لديه الحماس للقيام بخير ما يستطيع .

أما إذا لقي الاستهانة ، والتحقير أو الإساءة وعدم الاكتراث فلن ينبت ذلك في نفسه إلا الشعور بالمرارة والعجز.

ذلك : أن قدرات الطفل تتغذى وتنمو بالتشجيع ، ولكنها تضمر وتموت على التقريع والتثبيط والإهمال .

ولا يعنى ذلك : الا ينتقد الطفل أو يراجع إذا أخطأ .. وألا يحفظ من التعرض لأخطار يؤذيه التعرض لها فعلا .. لكن ما أبعد الفارق بين المراجعة فى رفق والوقاية فى هلع ، أو الإشاحة فى إهمال وازدراء أو اللوم فى تحقير وعنف .

إن الكبار الذين تعوزهم الثقة بالنفس ، كانوا أطفالا لم يحاطوا بالفهم والمساندة والتشجيع ، ولم تسعد قلوبهم بكلمة ثناء قط .

إن قوة الخلق ، والشخصية ، والشجاعة ، والعزم ، والأمانة ، والاتزان ، الثقة بالنفس والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا ، إنما تنبت كلها من شعوره كطفل بدفء الجو الذى يعيش فيه من خبرته بأنه موضع الحب ، والثقة والاحترام ، وبأن جهوده تلقي المساندة

والتشجيع ثم الثناء والتقدير ٠٠ وما أكثر ما يعرض للأسرة من فرص لتنمية هذه الفضائل فى صغارها ٠

(٥) الأم الطريق السوى فى مواجهة الأبناء للحقائق :

الطرِيق السوي هو تعليم الأبناء مواجهة الحقائق كما هى ٠٠ وكل حقيقه يواجهها الطفل كما هى – مهما تبدو بسيطة تافهة فى مظهرها – إنما هى كسب له وتدعيم لشخصيته ٠ وسيرى الوالدن أن كل مشقة تحتملها عواطفهم فى سبيل هذه الغاية ، لا تحسب إذا قيست بنتائجها وهى :

إعداد رجل سعيد لانسجامه مع نفسه أولا ثم لقدرته على الإنسجام مع بيئته ومجتمعه ثانيا – متمسكا بمبادئه ، لإيمانه بها٠

• دور الأم لينشأ ابنها رجلا ناجحا :

فعلى الأم التى تريد أن ينشأ ابنها رجلا ناجحا ، ألا تكل أمر العناية بتربيته إلى عاطفتها فقط ٠٠ عليها أن تضع نصب عينها فى تربيته – على الدوام – أن تجعل منه رجلا ذا شخصية مستقلة ، يعرف كيف يعتمد على نفسه ، ويقدم على مواجهة الحياة بنفسه لا بوالديه ٠

ولن يجدي فى تربية الشخصية أن يجد الطفل جميع رغباته تنفذ على الفور كما لن يشفع للأم حسن النية ، وصدق الرغبة فى إسعاد أطفالها٠

ولو أدركت القيمة التربوية للسنوات الأولى للطفولة ومدى أثرها فى تكوين شخصية الرجل الذى سوف يكون ، لأدركت أن العاطفة الساذجة وحدها لن تخلق رجلا ٠

(٥) الأمومة ٠٠ ومفتاح السعادة للأبناء :

تخلصي يا سيدتي من الأنانية التي تجعلك تتجاهلين شخصية طفلك في محاولة صياغته قسرا وفقا لنموذج أو خيال معين، قد يحقق لديك أملا أو طموحا قصيرا ، أو محاولة الوقوف عمدا في طريق نموه والاستقلال كي يظل دائما لك وإلى جانبك ٠

إن في يدك ياسيدتي مفتاح السعادة أو الشقاء ، مفتاح الثقة أو الوجل ، مفتاح الكفاية أو القصور ، مفتاح الطمأنينة أو القلق ، لهذا الكائن الصغير الذى هو طفلك ٠

فلا تاخذي حبك له على أنه أمر مسلم به كامل في ذاته لايحتاج الى معرفة أو مراجعة أو فهم ٠

ليكن حبك له : هو الحب الواعي المستنير ، هو الضوء الذى يهدي لا النار التي تحرق ٠٠ ليكن حبك له الإيثار لا الأثرة ٠٠ حب العطاء لا الأخذ ، حب التضحية والبذل ٠٠ الحب الذى تنسين فيه نفسك دائما وتذكرينه فيه أبدا ، حتي يمهد له السبيل ليكون الإنسان الذى تودين ويود الوطن منك أن يكون.

(٦) أنانية الأب ٠٠ وإعاقة النمو النفسي للطفل :

ليس من الغلو أن يقال إن الوالد كثيرا ما يسئ إلى ابنه ، وإن المصاعب التي يعانيها طالب الجامعة ، والمدرسة الثانوية ، وتلميذ المدرسة الابتدائية ٠٠ قد يكون مرجعها كلها أو معظمها إلى تصرفات الأب الخاطئة في اندفاعه بعامل الشفقة المجردة من التبصر، والخالية من التفكير السوي ، بل قد يكون الأب نفسه هو الذى يقضي على مستقبل ابنه ، دون أن يدرى٠

١) أثر جهل الوالد بالأصول العلمية فى التربية :

لست اتهم الأب فى حسن نيته ، فنحن نعلم أن نية الأب نحو ابنه لا يمكن أن تخرج عن السعي فى توفير الخير له فى حاضره ومستقبله وهو فى هذا السبيل يعرف الكثير والقليل مرهقاً نفسه ، وباذلاً أقصى ما يمكن من عناء وجهد حتى يطمئن آخر الأمر إلى أنه أدى واجبه نحو ابنه على الوجه الأكمل •• ولكن :

النية لا تكفى وحدها ، فإن هناك عاملا آخر يلعب دورا له خطورته ، وهذا العامل الخطير هو أنانية الوالد •• نعم أنانيته ، وهى أنانيـة مـجـسـمـة ومـقـنعـة فى آن واحـد •• **وكلما زاد جـهل الوالد بالأصول العلمية في تربية ابنه** ، عظم أثر هذا العامل وعم ضرره •• وليست مكانة الأب العلمية ، ولا مركزه الاجتماعى بعاصم له من الوقوع في هذا الشر **ما دام يجهل أو يتجاهل المبادئ الأساسية فى التربية** ، **وما دام هذا الجهل** يقف حائلا بينه وبين ما يجب أن يضعه نصب عينيه – قبل البدء فى تنفيذ أية خطة **إزاء تنشئة ابنه**، **التنشئة** التى تكفل له الحصول على أكبر قدر من صحة الجسم والعقل والخلق •

٢) مثال يوضح نتيجة جهل الأب بقواعد التربية :

تحضرني فى هذه المناسبة ، ذكري حادثة تؤيد ما قلت من الأثر الهدام الذي تسببه أنانية الأب ، وجهله بما ينبغى أن يعرف من قواعد التربية ، على الرغم من مركزه العلمى والاجتماعى •

– كان طفلا على قدر ملحوظ من والذكاء ، غير أن حالته الصحية كانت من الدقة ، بحيث تحتاج إلى ملاحظة دائمة وعناية خاصة •

ولما بلغ الرابعة من العمر ، ألحق بالفرقة الأولى بقسم الروضة، وأظهر تقدما مطردا •

ثم انتقل إلى الفرقة الثانية وسار فيها بالدرجة نفسها من التقدم فى الشهور الأولى ، وكان فى خلال هذه الفترة يظهر شغفا قويا بالمدرسة ، وإقبالا كبيرا عليها مما سرّ الوالدين وأدخل على نفسيهما الكثير من الاطمئنان •

ولكن إعجاب الوالد بذكاء ابنه ما هو سوى إعجابه بذاته ، فى هذه السن كان إعجابا ساذجا ، ولم يتركه ينعم بالهدايا التى كان يلقاها فى الحضانة ، ولم يترك شعوره بالتفوق على أقرانه ينمو فى نفسه و ينبه فيه حوافز الرغبة فى الدرس ، والثقة بالنفس والاستمتاع بما يخلقه النجاح من لذة فى العمل والجد •

ظن الأب أنه يفيد ابنه إذا استغل ذكاءه فى توفير السنة الثانية من سن الحضانة •• وإعداده للالتحاق بالسنة الأولى الابتدائى مباشرة ، ناسياً أن ابنه أولا، وقبل كل شيء طفل ، من حقه أن يتمتع بطفولته ، وأن ينطلق فى رحابها مرحا لاعبا •• وأنه فوق ذلك : عليل من حق صحته أن تلقي المزيد من الملاحظة والعناية•

– نتيجة دخول الطفل الفرقة الأولى الابتدائية :

دخل الطفل الفرقة الأولى الابتدائية ، فراح الوالد يتحدث فخورا بتفوق ابنه ، وكان يزهيه أن يسمع الناس يذكرون ابنه معجبين بنشاطه وذكائه •

ولكن ماذا كانت النتيجة ؟

لم يمضى شهر واحد من دخوله الفرقة الأولى الابتدائية ، حتى مرض الطفل ، ولزم الفراش ، ثم مضى شهر يلى الآخر والطفل ينتقل من ضعف إلى ضعف حتى ضاع عليه العام الدراسى، الذي أراد الوالد ان يقتصده له من حساب سنى الدراسة ٠

وليس هذا كل شيء:

تأخرت حالة الطفل الصحية وكثر تغيبه حتى عُدَّ من المتخلفين في فرقته ، وبذا حرم متعة التفوق على أقرانه ٠ وكان سينعمَ بهذا الشعور – مدي حياته – لو ترك وشأنه يسير فى الطريق الطبيعي دون ضغط أو إرهاق ٠

وبدأ يشعر بالملل من الذهاب إلى المدرسة ، وكان فيما مضى يمتلئ لهفة عليها ، وأخذ الشعور بالملل يزداد فقد بلغ نهاية الأمر إلى التمارض المتكرر ، والتماس شتى الحيل هربا من المدرسة التي سئمتها نفسه ، بعد أن ذاق فيها مرارة التخلف ٠

من السبب في هذه الإساءة البالغة التى أصابت الطفل ؟ :

هذه الإساءة التى أصابت الطفل فى جسمه ، وعقله ونفسه وأخلاقه وفى سعادته وهناءه حاضراً ومستقبلا ٠ بلاشك من السبب فى الإساءة التي أصابت والده أيضا ؟ إنه الوالد نفسه ، ذلك الذى تغلبت عليه أنانيته العنيفة فى غير استنارة ٠٠ فلو أنه تزود ببعض المبادئ التربوية اللازمة لكل أب وأم فى التنشئة النفسية للطفل ، لاستطاع أن يقدر مصلحة طفلة تقديرا صحيحا ، ولأمكنه أن يفخر بابن سليم البنية متفوق على أقرانه ٠٠ ولكنه :

جهل هذه القاعدة الأولية فى التربية ، فأساء فى تقدير حدود ابنه ، وطاقته فى غير إرهاق ، وأهمل ناحية مهمة كان يمكن أن يستغلها لنفع ابنه دون أن يحمله ما لا يستطيع ٠٠ تلك هى تكوين شخصيته بالمناقشات الودية السهلة ، ومصاحبته في النزهة أو في أي ناحية أخرى من نواحي التجديد والترفيه ، لينمى ثقته بنفسه ويزيده قدرة على مواجهة الحياة ، غالباً دائماً لا مغلوب ٠

وأخيراً: اضطر الأب إلى عرضه على متخصص لعلاجه نفسيا من السلوكيات غير المرضية وتأخره الدراسى ، ورفضه الذهاب الى المدرسة ٠

بالعلاج الطبى النفسي للطفل : وتوعية الوالدين إلى الأسس العلمية فى التنشئة النفسية للأبناء ، فسوف أوضح فيما يلى الأخطاء التربوية التى ارتكبها الوالد فى حق طفله :

١) **حرمان الطفل من الإحساس بالتفوق والنجاح والثقة** بالنفس ٠٠ بنقله إلى السنة الأولى الابتدائية ، وتوفير السنة الثانية للروضة

٢ – **لم يدرك الوالدان** – أولا وقبل كل شيء أن الطفل من حقه **أن يتمتع بطفولته** ، وأن ينطلق فى رحابها مرحا لاعبا وأنه فوق ذلك كان عليلا : من حق صحته عليه أن تلقي العناية والملاحظة ٠

ولكن الوالدان أغفلا هذه الحقيقة ، وزادا ضغط الدراسة عليه، لم تتحمل صحته هذا الضغط ، فتأخرت حالته الصحية وكثر تغيبه حتي عد من المتعثرين دراسيا فى فرقته ٠

٣) جهل الوالدين ببعض المبادئ التربوية اللازمة لكل أب وأم كي يستطيعا تقدير مصلحة ابنهما تقديرا صحيحاً ٠٠ الأمر الذي ظهر في سلوكيات مضطربة ؛ كالعناد والمشاكسة ٠٠إلخ ، كتعويض لما يعانيه من قصور فى الجانب الدراسي والضغط النفسى الذي يفوق قدراته الصحية والنفسية ٠

يضاف إلى ذلك :

عدم فهم الوالدين لحاجاته النفسية فى هذه الحالة العمرية ، ومبالغتهما فى عقابه والإساءة إليه ؛ بسبب ما يرتكبه من أخطاء وانحرافات سلوكية وعدم تعاونه مع الآخرين ، ثم رفضه الذهاب إلى المدرسة ٠٠ إلخ

وسائل العلاج :

استمر علاج هذه الابن ثلاثة شهور ؛ ولحسن الحظ كان ذلك فى شهور العطلة الصيفية ٠ وكان يشمل العلاج :

▪ **جلسات نفسية للطفل** : لمساعدته على التخلص من السلوكيات المنحرفة ، وكذلك لإعادة ثقته بنفسه ؛ ومساعدته على تخفيف الصراعات النفسية التى يعانى منها ، نتيجة الظروف القاسية المحيطة به ٠

* **بعض الأدوية البسيطة** : لمساعدته على **تخفيف ما يعانيه من صراعات** ؛ وقلق ، وخوف ، وعدم طاعة ، وعناد ، وعنف ٠٠

ثم بعض **الأدوية** الأخرى التى تساعده على **التركيز** ، وتقوية الذاكرة ، وتجنب النسيان ٠

• توجيه وإرشادات للوالدين إلى كيفية معاملة الابن ، وتنشئته تنشئة نفسية سليمة ، كى يستطيع أن يستكمل طريق الحياة الطويل بشخصية متزنة قادرة على مواجهة الحياة بكل صعوباتها ٠

وأخيرا : تم الشفاء للطفل من الناحية الجسمية والنفسية :

وبدأ بداية طبيعية فى العام الدراسي التالى ، وأخذ يسير فى دراسته بخطى متزنة ، وتوقف عن السلوك العنيف فى معاملة المحيطين فى البيت والمدرسة ٠

فعلى كل من الوالدين أن يدركا ما لدى أطفالهما من قدرات وإمكانات ، فيتعهدونها بالرعاية وتوفير التعليم لهم فى جو ملائم يسوده الاستقرار والهدوء ٠

أهمية الأسرة ٠٠ والبيئة الأولي للإنسان :

مما سبق نرى أن الأسرة هى البيئة الأولى للإنسان ٠٠ وأن الأم هى العلاقة الأولى للطفل فى مراحل عمره المختلفة ٠

البيئة التى تمده بالحوافز فى كفاحة الدءوب نحو التكيف أو تقيم المعوقات دون ذلك الكفاح ٠٠ لذلك فإنه من البدهى أن تحقيق السعادة والنضج الإنفعالى أي الوصول إلى الصحة النفسية ، لايمكن أن يتم إلا من خلال طفوله منحت الحب والحنان والعطف ، والقدوة الطيبة والطمأنينة ٠٠ فإنه لا يستطيع أحد غير الوالدين ، ولاسيما الأم ، تزويد الابن أو الابنة بذلك الغذاء الوجدانى الذى لا غنى عنه لصحة النفس ٠

وما انتشار الأمراض النفسية فى مظاهرها المتعددة إلا دليل على أن بيوتاً كثيرة لم تستطع أن تحيط صغارها بالحب والطمأنينة،

اللذين دونهما سيعيشون على سقم واعتلال • فإن الذى لم يحصل إلا على القليل من الحب فى سنيه الأولى سيظل متعطشا إلى المزيد من هذا الغذاء الوجداني، شاعراً بالحرمان من حقه من أن يحب، عاجزا بدوره أن يحب •

(■) واخيراً : أوجه النصيحة للآباء والأمهات أن السبب فى عدم إحساس الأبناء بالسعادة ، وظهور الاضطرابات النفسية بينهم هو اننا لا نحترم شعورهم وأحاسيسهم ، ولا نعطيهم المقدار الكافى من الحب ، والاستقرار العاطفى ، ولا نشبع حاجاتهم إلى الرعاية والحنان •

فإذا تذكرنا أن الطفل إنسان شديد الحساسية ، وأن له حقوقا ينبغى أن تلبى •• وحاجات ينبغى أن نشبع ، فإننا فى الوقت نفسه نتيح له الفرصة بطريقة غير مباشرة ، لكى يشعر ويحس بأن الحياة تستحق أن يعيشها مستمتعا وسعيدا •

الفصل الخامس

« الأم ·· وسعادة طفل الحضانة »

(١) الأمومة ·· والحنان ·
(٢) الأمومة ·· وشخصية طفل الحضانة ·
(٣) شخصية الأم الصالحة ·· وطفل الحضانة ·
(٤) الأمومة ·· وتنمية قدرات طفل الحضانة ·
(٥) تعليم الطفل الكثير من الآداب الاجتماعية وآداب الجلوس ·
(٦) التزام الصدق والبساطة فى الإجابة عن أسئلة الطفل·
(٧) الأم ·· ضرورة تسلحها بالحكمة ·
(٨) العقاب ·· وطفل الحضانة ·
(٩) مشاركة مشرفة الحضانة فى التنشئة النفسية للطفل ودور مشرفة الحضانة فى توفير السعادة للطفل ·
(١٠) متي يحتاج طفل الحضانة إلى الاستشارة الطبية النفسية ·
وأخيرا ···

« الأم ·· وسعادة طفل الحضانة »

(١) الأمومة والحنان

الحنان هو الذى يجعل من الطفل إنسانا سويا خاليا من الاضطرابات النفسية ، وتكون علاقاته الاجتماعية سوية ·· وحياته صريحة واضحة وتتجه أفكاره إلى جانب الخير على الدوام ·

والطفل المحروم من الحنان ، ينشأ إنسانا مدمرا يحاول أن يدمر الآخرين ، ويجرفهم إلى تياره ·· معظم الانحرافات والجرائم يرتكبها إنسان فقد الحنان ، والقدوة ، والاحترام والحب في طفولته ·

(٢) الأمومة وشخصية طفل الحضانة :

تسلح الأم ومعرفتها بوظائف الأمومة يساعدها على تدعيم حياة الطفل :

١ - تدفع عنه الأمراض ، وتخفف عنه الآلام ·

٢ - تجنبه المخاطر أثناء عملية المشى وتناوله الأشياء ·

٣ - تجنبه ما يعانيه من صعاب فى تناول الأطعمة الصلبة بعد الفطام ·

٤ - تساعده على تعلم عادات الأكل ، والإخراج ، والاغتسال والحمام ·· إلخ ·

(٣) شخصية الأم الصالحة وطفل الحضانة :

على الأم تقع المسئولية الأولى فى تنشئة طفل الحضانة

نفسيا:

١ - تلتزم بالصفات الحسنة •

٢ - محاولتها الدائمة لضبط النفس والتحلي بالصبر •

٣ - العمل على خلق الجو الأسرى الهانئ •

٤ - تلجأ إلى التعلم والتثقيف فى جوانب التربية للأطفال بصفة مستمرة من وسائل الإعلام • والأطباء النفسيين •• والمجتمع •

٥ - تجنب العنف والقسوة والألفاظ غير اللائقة •

٦ - تجنب التفرقة فى المعاملة بين الأبناء •

٧ - تحب أطفالها ، وتكون قدوة صالحة فى التعامل معهم •

٨ - القدرة على اكتشاف الأعراض المرضية جسميا ونفسيا واتخاذ اللازم للمساعدة •

٩ - تكون مصدر الحب ، والحنان ، والعطف ، والحكمة ، والعطاء •

(٤) الأمومة •• وتنمية قدرات طفل الحضانة :

١ - تلفت نظره إلى الكتب الملونة •

٢ - تحاول تكرار العبارات أمامه ، والتحدث إليه •

٣ - تشجيعه على طلب احتياجاته بالقول •

٤ - تعليمه من خلال اللعب •• المكعبات •• ترغيبه فى حب الكتاب

٥ - توفير اللعب المختلفة التى تتناسب مع هذه المرحلة •

٦ – تجنب القصص الخيالية غير المدروسة •
٧ – توفير النواحي الترفيهية ، والرحلات ، والحفلات لتوسيع مداركه •
٨ – شغل أوقات الفراغ بطريقة تبعده عن التخريب •
٩ – ينبغي قفل الأدراج التى لا تريده أن يعبث بها •
١٠– تجنب وضع اللعب كلها تحت تصرف الطفل ، بل تستبدل من وقت لآخر لتحتفظ اللعب بشوق الطفل إليها •
١١– تجنب الإكثار من النقد للطفل والسخرية منه •
١٢– لا يجوز أن يجاب الطفل لرغباته بمجرد صراخه وبكائه أو عناده ، بل تعوده التفاهم والمرونة والأخذ والعطاء •

(٥) تعليم الطفل الكثير من الآداب الاجتماعية وآداب الجلوس :

– فى زيارة الأقارب ، ودورة المياه ، وآداب الحديث ، والطعام•
– تجنب الألفاظ النابية فى تعامله مع أصدقائه •
– تعويد الطفل سماع كلمات الود والمجاملة والحب والفضيلة•

(٦) التزام الصدق والبساطة فى الإجابة عن أسئلة الطفل:

– يراعي فيها مستوي عقليته ومرحلة نموه •
– تحفيظه كثيراً من العبارات الدينية بالنغم والموسيقي •
– أن تكون الأم مرنة في حديثها مع طفلها •
– أن تكون طويلة البال ، وصبورة ، ومستريحة الأعصاب ومرنة فى تعاملها مع طفلها •• بعيدة عن العنف والقسوة والتوتر•

(٧) الأم وضرورة تسلحها بالحكمة :

١ – تميز بين أوقات المرح والجدية .

٢ – تحل مشكلاتها مع أطفالها بهدوء ، وصبر وعدم عصبية .

٣ – تجنب العصبية ، والعنف ، والقسوة ، والعقاب البدنى والسخرية .

٤ – تكون محبة لأطفالها ، تزرع في نفوسهم الصدق ، والتعاون ، والتسامح ، والمحبة .

٥ – تزرع فى قلب طفلها حب الله ، وطاعته ، وتعليمه الفضائل والقيم الأخلاقية .

٧ – تعمل على إشباع حاجاتهم النفسية من :
حب ، وتقدير ، ونجاح ، وتشجيع ، وأمن ، واستقلال .. إلخ .

٨ – تجنب المواقف التى ثبت بالتجربة أنها تثير غضب طفلها فالوقاية خير من العلاج .

(٨) العقاب وطفل الحضانة :

– يجب أن يشعر الطفل أن تعديل السلوك يسعد الوالدين .

– تجنب التهديد بالعقاب أو العقاب البدنى .

– العقاب البدنى لا ينجح في تعديل السلوك الخاطئ ، بل يؤدى إلى الاضطراب النفسى ، ويظهر هذا الاضطراب النفسى بصور متعددة : العصبية ، العناد ، عدم الطاعة . التبول اللاإرادى . أو الخوف ، والتوتر ، والفشل الدراسى مستقبلا .

– يعامل بصورة ودية بالإرشاد والتوعية بالحزم .

– على الأم تجنب العصبية والتوتر .. وتشرح للطفل كيفية تجنب الخطأ بهدوء عن حب الأم ، وليس للخوف منها .

(٦) مشاركة مشرفة الحضانة في التنشئة النفسية للطفل :

– لتعرف خطتها في العناية بالطفل ، ولتعرف مشرفة الحضانة نظام حياته بالبيت ، لتؤخذ في الاعتبار عند وضع خطة العمل معه .

– وبذا يتيسر للطرفين أن يتفاهما ويتعاونا على اتخاذ أنسب الأساليب التي تتفق مع طبيعة هذا الطفل ، من حيث استعداده العقلي ونموه الجسمي ، وتكوين عاداته الخلقية ، وغير ذلك من توفير السعادة له حاليا ومستقبلا .

*** دور مشرفة الحضانة لتوفير السعادة للطفل :**

١ – تهيئة جو يماثل البيت .

٢ – التعرف على طبيعة كل طفل على حدة ، لاكتشاف نواحي القوة والتأخير .

٣ – الاهتمام بنظافة الطفل .

٤ – مساعدة الطفل على التغلب على نفوره من الأطعمة غير المألوفة .

٥ – تعليم الطفل آداب المائدة .

٦ – الاهتمام باختيار الوجبات ذات القيمة الغذائية الكاملة .

٧ – تساعد على تنمية روح الاستقلال عند الطفل والاعتماد على نفسه .

٨ – تساعده على اكتساب العادات والاتجاهات الاجتماعية الهامة فى تكوين شخصيته •

٩ – تعوده أن يلعب مع الأطفال الآخرين لتخفيف من صراعات الكراهية وتجنبه الانطواء •

١٠– إشعار الطفل بالحب ، والحنان ، وهما الغذاء النفسى للطفل •

١١– الاتصال بأولى الأمر في البيت •

١٢– التوعية والإرشاد النفسى للوالدين ، وتعريفهم كيفية توفير السعادة للطفل •

١٣– تجنب طرق العنف والقسوة والعقاب فى التعامل مع الطفل •

١٤– تحفيظ الطفل كثيراً من العبارات الدينية بالنغم والموسيقى •

متى يحتاج طفل الحضانة إلى الاستشارة الطبية النفسية ؟

١ – ظهور توتر أو خوف •

٢ – عدم استرخاء الطفل والإحساس بعدم الأمن •

٣ – استجابات الطفل بالثورة ، والصراخ نحو المضايقات •

٤ – العدوانية والتخريب •

٥ – ظهور أفعال متكررة : كالاهتزاز إلى الأمام أو الخلف أو غيرها •

٦ – الانطواء وعدم إحساسه بالسعادة ، وعدم الضحك أو الابتسام •

٧ – عدم الطاعة للبالغين مع رفضهم •
٨ – كثرة الصراخ – فقدان الشهية – اضطراب النوم •
٩ – عدم التمكن من ضبط وظائف الإخراج •
١٠– صعوبات النطق •
١١– التشنجات العصبية •

وأخـــيرا ••

مما سـبق نرى أن الثـقـة بالنفس ، والشـعـور بالأمن ، والإحساس بالسعادة من أهم الاسس لإشباع الحاجات النفسية للطفل حاليا وفى مراحل الطفولة التالية :

فإن إشباع حاجات الطفل النفسية فى هذا الجانب تساعد على خلق شخصيات ناجحة مستقبلا ، قادرة على تحمل المسئولية وعدم الاعتماد على الآخرين •

إن قوة الخلق والشخصية ، والشجاعة ، والعزم ، والأمانة ، والاتزان ، والثقة بالنفس ، والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا• إنما نبعت كلها من شعوره فى طفولته بدفء الجو الأسرى ، ليعيش فيه ومن خبرته بأنه موضع الحب والثقة والاحترام •• وأن جهوده تلقي من المساعدة والتشجيع ، ثم من الثناء والتقدير مايستحق ، وما أكثر ما يعرض على الأسرة ، ولاسيما الأم من فرص لتنمية هذه الفضائل فى صغارها كل يوم •

الفصل السادس :

الأمومة •• وتحقيق السعادة للأبناء

(١) البيت المدرسة الأولى للطفل •

(٢) ينبغي على الأم المقبلة على تنشئة الطفل الاستعانة بآراء المتخصصين •

(٣) أم اليوم •• أوفر حظا من أم الأمس •

(٤) الأم •• وخلق المواطن الصالح •

(٥) العوامل التى تساعد الأم على تحقيق السعادة للأبناء ، وخلق المواطن الصالح •

(٦) صفات الأمومة الصالحة •

١) البيت المدرسة الأولى للطفل :

الأم بصفة خاصة كل شيء في هذه المدرسة ٠

فعليها أن تقدم كل ما في وسعها من جهد ؛ فهي أقرب أفراد أهل البيت إليه ٠٠ أقرب فرد الى الطفل : إلى جسمه والى عقله وإلى عواطفه ٠٠ فيحكم مكانتها هذه منه ، أصبحت هي أول فرد يؤثر في تكوين شخصيته خلال هذه الفترة من حياته ٠٠ أي سنوات الطفولة ٠

فهذه السنوات ، أشد المراحل خطرا في حياته بوجه عام، أو يتقرر خلالها نوع الشخصية التي سيكون عليها الفرد فيما بعد ٠

لـذلك :

فعلى الأم أن تتذكر طفلها دائما ، ولا تضن عليه بأي وقت، فهي بمثابة الأساس الذي يقوم عليه البناء الخاص بتكوين شخصيته رجل الغد ، أي المواطن الذي نرجو أن يكون ناجحا سواء كان رجلا أو امرأة ٠

٢) ينبغي على الأم المقبلة على تنشئة الطفل الاستعانة بآراء المتخصصين :

فالتنشئة النفسية للطفل لا تتم من تلقاء نفسها ، بل هي علم وفن ٠ وسوف تجد الأم في آراء هؤلاء المتخصصين ٠ في مثل هذه الأحاديث وفي بعض المجلات ، والكتيبات التي تعنى بمسائل الطفولة وأصول التنشئة النفسية للطفولة في المراحل الأولى ٠٠ وسوف تجد متعة كبيرة مظهرا ومخبراً ٠

٣) أم اليوم أوفر حظاً من أم الأمس :

١ – أم اليوم ينتظر أن تكون أما أفضل لأنها حظيت بقسط وافر من نور العلم ، وتعددت لديها أساليب الثقافة التى من شأنها أن تعينها على تدعيم سعادة الأسرة ، وتفهم سلوك الطفل فى مراحل عمره المختلفة ، مما لم يكن متوافراً حينذاك لدى أم الأمس •

٢ – فالأمومة الراشدة :

– هى التي تعنى بغذاء الذهن لتستنير ، ويساعد على تنمية الشخصية ونضجها •

الحزم والعطف : فى اتزان يشيع هناءة وإلهاما حول أبنائها وزوجها ، الأمر الذى يحفظ لها مكانتها خلال جميع مراحل حياتها، ويحمل طفل اليوم ورجل الغد على تمجيد الأمومة ، ورعاية الأنوثة •

٣ – أم اليوم جديرة بأن تعالج مشكلات أطفالها بطريقة غير الطريقة التى اتبعتها أم الأمس :

يجب عليها أن تضيف جديدا إلى خبرات أم الأمس ، وأن تصحح ما كان شائعا من الأخطاء ، وهذا يحتاج إلى توجيه اهتمامها إلى التزود بما يقدمه لنا من يوم إلى يوم – المشتغلون بدراسة الطفولة واحتياجاتها النفسية ، لا لتتعرف حل المتاعب التى تصادفها، فحسب بل لتقوم بالعلاج على أساس من الإدراك والوعى العلمى •

(٤) الأم وخلق المواطن الصالح :

الصفات العامة للمواطن الصالح :

١ - هو الشخص الذى يواجه الأمر الواقع بشجاعة ، والقدرة على حل ما يعرض له من مشكلات بدلا من التهرب منها أو الاعتماد على غيره فى حلها .

٢ - هو الشخص اللذى يتقن فن الحياة .. يحيا حياة منسجمة مع نفسه والآخرين .

٣ - هو الشخص الذى يخرج من الأزمات أقوى مما كان عليها .

٤ - هو الشخص الذى يتخذ من التفاهم وسيلة فى التعامل مع الغير.

٥ - هو الشخص الذى يعرف قدر نفسه .. **الاهتمام بهموم الغير ، ما استحق أن يولد من عاش لنفسه ، .**

(٥) العوامل التي تساعد الأم علي تحقيق السعادة للأبناء ، وخلق المواطن الصالح :

- الأم هى أهم شيء فى الوجود بالنسبة للأبناء ، إنها كل شيء :

الغذاء – الكساء – الدواء – الدفء – الحنان – الحب– المعلم– المؤدب – المربى .. وهى دائما وقبل كل شيء ، القدوة – المدرسة الأولى .

لن تحسني تربية أبنائك ما لم تفهميهم جيدا ، ولكى تفهميهم جيداً لابد من أن تعنى بسر التواصل والتفاهم معهم ، وهذا يتطلب حسن الاستماع إليهم حينما يرغبون فى الكلام ، وأن يكون استماعك أكثر من كلامك .

حاولى اتباع الاقتراحات الآتية :

١ – **كونى موجودة :** ابنك فى أشد الحاجة إليك حينما يتكلم؛ فإذا لم تكونى موجودة فإنه يلجأ إلى الغير • وليس فى الدنيا من يحسن توجيهه بعد الاستماع اليه سواك ، فما بالك لو كان الغير سلبى الاتجاه ، والنزعة – حكمه الخطر •

٢ – **اجعلى حديثك مرحا طريفاً :** حتى يستطيع أن يشعر الطفل بالأمان والانتماء عن طريق إلقاء الضوء على أهم الأحداث فى اليوم الخاص به ، أو الأكثر أهمية •

٣ – **كونى مرنة :** استمعى إلى وجهة نظره ، وتعرفى دائما على اتجاهات تفكيره ،وتجنبى الصراخ والعصبية ، والتفوه بألفاظ جارحة تقلل من احترامك

٤ – **كونى متفهمة :** عن طريق إتاحة الفرصة للابن أو الابنة، للتنفيس عن الغضب ، فينزاح كربها ، ويعود إليه البشر والاطمئنان •

٥ – **عندما يخطئ طفلك** الحدود التى رسمتها له ، صححى أخطاءه دون أن تتخلى عن حبه ، ويجب أن يعرف ذلك عن طريق الاستمرار فى التعبير عن هذا الحب أو الاهتمام •

٦ – **تجنبى العقاب البدنى :** كونى ثابتة على المبدأ •• لا تبالغى فى حماية الطفل •

• صفات الأمومة الصالحة • :

١) أن تكون لأبنائها **القدوة الحسنة** والأم المثالية •

٢) أن تعلمهم **الصدق** فى الحديث والوفاء بالوعود •

٣) أن تزرع في نفوسهم وقلوبهم الميل إلى الخير •
٤) أن تنمي فيهم طيبة الروح ، وحب التسامح إلى جانب الوعي حتى لا يكون حملا بين ذئاب •
٥) أن تضبط تصرفاتها وإنفعالاتها لتكون لهم القدوة •
٦) أن تنمي فيهم الاحساس بالجمال عن طريق البساطة في الملبس وتجنب الإسراف، مع التزام الحكمة في استخدام المال •
٧) أن تزرع في قلبهم مخافة الله فيما يفعلون أو يقولون •
٨) أن تعلمهم أن حب الوطن من الإيمان •
٩) أن تفهم أن الحسد والحقد والضغينة أمراض تقتل من تسكن في قلوبهم ، وعقارب تقتل بسمومها أصحابها •
١٠) أن تفهم نفسية أبنائها في كل مرحلة من مراحل السن، وما يناسب كل مرحلة من أسلوب التعامل •
١١) أن تكون طويلة البال مستريحة الأعصاب ، ولا تجعل أبناءها ضحية عصبيتها، وقد يلتقط أبناؤها هذا الأسلوب في تعاملهم مع بعضهم ، بينما المفروض أن تكون قدوة حسنة لهم في كل شيء•
١٢) أن تكون مصدر الحب ، والحنان ، العطف ، والعطاء ، والحكمة •
١٣) ينبغي أن تكون العقوبة ذات نتيجة طيبة في نفوسهم في تقويم سلوكهم وإشعارهم أن العقوبة لا تمنع الحب •
١٤) أن تكون الأم صديقة لأبنائها •
١٥) لا تسخر منهم مهما كانت تصرفاتهم •
١٦) لا ترهقي أبنائك بمشكلات الكبار •

١) لا تخصص لكل طفل غرفة خاصة .

مساوئ حصول الطفل على غرفة خاصة :

١ - تمثل ثغرة **للهروب** من وحدة الأسرة والمشاركة الوجدانية الأسرية .

٢ - يشب طفلا أنانيا .

٣ - **يفقد** روح الانتماء للأسرة .

٤ - **يحرر نفسه** مستقبلا من واجباته نحو الأسرة .

٥ - تقلل **من اختلاطه** بأفراد الأسرة .

٦ - **تبعده** إلى حد ما **عن الرقابة** .

٧ - تتيح له **التراخي** فى الالتزام بالمعايير .

٨ - تتيح له فرصة **الاتجاه الانطوائي** البعيد عن الاختلاط بالآخرين .

وأخيراً :

مما سبق يتضح دور الأم فى حياة أبنائها وإعدادهم إعدادا صالحا للمراحل التالية ، وتنشئتهم التنشئة التى تجعل منهم فى المستقبل أفراداً ومواطنين صالحين ينعمون بالحياة فى المجتمع ، كما يستمتعون بخدمته والإسهام فى رقيه ، فتسعد الأسرة بهم ، ويفخر الوطن بأعمالهم.

الفصـــل الســـابـع :

■ الأمومـة ٠٠ ومعـوقات سـعادة الأبنـــاء ■

(١) العوامل المعوقة لسعادة الأبناء ٠

١ – اضطراب علاقة الابن بالأم ٠

٢ – اضطراب العلاقات الأسرية ٠

٣ – عدم الاختلاط بالمحتمع ٠

٤ – سوء معاملة الأبناء ٠

■ – مـعيشة الابن مع أحـد الأبوين ،وافـتـقاده إلـى عطف الآخر وحمايته (الطلاق)٠

٦ – الإكثار من التخويف أو الإكثار من التدليل ٠

– سوء الموارد الاقتصادية ٠

٨ – فقدان شهية الابن للطعام ٠

(٢) فى ضوء العوامل المذكورة ٠٠

الأمومة •• ومعوقات سعادة الأبناء

هناك عوامل متعددة تعوق إحساس الأبناء بالسعادة

وفيما يلى أهم هذه العوامل ، وأثرها علي الأبناء وكيفية التغلب عليها •

(١) العوامل المعوقة السعادة الأبناء •

(أ) اضطراب علاقة الابن بالأم ▪

إذا اضطربت هذه العلاقة لأى سبب من الأسباب فقد الطفل الشعور بالأمن والسعادة فى مطلع حياته ، وأثر ذلك علي كل سلوكه فى حياته حاليا ومستقبلا •• **وتضطرب علاقة الابن بالأم لأسباب مختلفة ، منها :**

١ – عدم رغبة الأم فى إنجاب ابن **للظروف المادية** المحيطة بالأسرة أو لكثرة الأولاد ▪

٢ – الخوف من **صعوبات الولادة** ، لعدم نضج الأم وتركيز الزائد على نفسها مما يجعلها تخشى تشويه جسمها بالحمل والرضاعة وتأبى تحمل المسئولية والتعب فى تربية الطفل•

٣ – إذا كان **جنس الطفل** مخالفا لما كانت ترغبه وتتمناه الأم• اضطربت علاقتها به ▪ لعدم رغبتها فيه •

٤ – **الخلاف المستمر** بين الزوجين يجعل الأم تكره وجود أبنائها أو على الأقل لاشعوريا لأنهم سبب فى استمرار العلاقة الزوجيه الكريهة •

٥ – قد يصاحب ولادة الطفل **ظروف سيئة** كأزمة مالية مثلا أو وفاة شخص عزيز للأم •• وقد يؤدى ذلك إلى التشاؤم من وجود الطفل الذى لا ذنب له ▪

٦ – نقص الطفل فى نظر الأم لأى سبب من الأسباب مثلا : قبح الشكل أو نقص الذكاء ، أو التشوهات الخلقية أو التخلف العقلى •• إلخ •

(ب) اضطرابات العلاقات الأسرية :

١ – الخلاف المستمر بين الوالدين يؤدى إلى شعور الأبناء بالقلق وعدم الأمان وتوقع الانفصال ، وتحطيم الأسرة وتشريد الأبناء •

٢ – تفضيل أحد الأبوين (ولاسيما الأم) لأحد الإخوة عن الآخر لكونه الأكبر أو الأصغر أو الأجمل أو الأذكى أو الأهدى • وتفضل البنين على البنات أو العكس،إذ يكون الابن وحيد الجنس ، فيؤدى ذلك إلى ظهور الغيرة بين الإخوة •• وفقد المحبة والمشاركة البناءة بينهم •

٣ – انحراف أحد الإخوة أو اضطرابه لسوء معاملته من الأم، قد يعكر صفو الأسرة كلها ، وكذلك وجود قريب مضطرب نفسيا ، ويسكن مع الأسرة يسبب اضطرابا كبيرا فى العلاقات الأسرية مثل:
الحماه ، أو الجد ، أو العمة ، أو الخالة•

٤ – حرمان الآبن من وجود أمه بجانبه فى المرحلة الأولى من الطفولة التى يحتاج فيها الطفل إلى وجود أمه بجانبه ، لقضاء فترة من الوقت فى عملها خارج المنزل •• وكانت من قبل تقضيها كلها مع أسرتها وأبنائها

٠٠ بهذا الاتجاه يهدد ترابط الأسرة ، وينعكس أثره على العلاقات داخل الأسرة مما يؤدى فى النهاية إلى إفتقاد الأبناء السعادة ، وظهور الاضطرابات النفسية بينهم ٠

(جـ) عدم الاختلاط بالمجتمع

حرمان الابن من المؤثرات الاجتماعية والاختلاط بالأطفال الآخرين يعوق نموه الاجتماعى ، فينشأ منطويا ، أنانيا ، لا يستطيع التعامل مع الآخرين ، ويشعر بالقلق وعدم الاطمئنان لعزلته وانطوائه ٠

وقد تلجأ بعض الأسر إلى عزل أبنائها ، وخاصة البنات تمسكا بالتقاليد . وعدم مسايرة الأسرة لتطور المجتمع يؤثر إلى حد كبير على الصحة النفسية ، ويحرم الابن من الإحساس بالسعادة، ويعوق التكيف الاجتماعى ٠

(هـ) سوء معاملة الأبناء :

وهو ناتج عن جهل الأم بقواعد التنشئة النفسية للأبناء ،مثلا:

- التبكير أو التأخير فى ضبط وظائف الإخراج ، أو
- الحماية الزائدة للأبن فى السنين التى يحتاج فيها إلى الشعور بالاستقلال (المرحلة الابتدائية) ، أو
- الضغط على الأبن أو الابنة لتعلم اشياء خارجة عن حدود قدراته ، أو
- الموازنة بين الابن وإخوته سواء من حيث الذكاء أو الشكل أو غير ذلك من الأسباب ٠

يتولد لدي الطفل الشعور بالغيرة ٠٠ وهو شعور مؤلم يجعل

صاحبـه قلقـا ضعيف الثقة بالنفس ، ولا يستريح لنجـاح غيره ، ويصبح قليل التعـامل مع النـاس ، ولا يسهل انسجامه معهم ، ولا يميل إلى التعاون أو الأخذ والعطاء • فيصبح انانيا ، يهتم بحقوقه أكثر مما يلتفت إلى واجباته، ويميل أحيانا إلى التشاجر ، والعنف أو النقد أو الإيقاع بغيره •

ويشعر عادة فوق ذلك بأنه مظلوم مضطهد غير سعيد وسئ الحظ •

(هـ) معيشة الطفل مع أحد الأبوين وافتقاره إلى عطف الآخر وحمايته (الطلاق) :

كثيرا ما ينتهي تسرع الوالدين بالانفصال دون نظر إلى مستقبل أبنائهما بأسوأ النتائج على الصغار الأبرياء، ولاسيما إذا وجد الصغير نفسه معرضا فجأة إلي المعاملة الشائكة لزوج أمه القاسي أو زوجة أبيه الخالية من الحنان والعطف. وفي حالة الطلاق تلجأ الزوجة إلى بالزواج من آخر ثأرا لكرامتها فيضيع الصغار المساكين •• وقد ينحرف بعضهم تنفيساً عن آلامهم النفسية إذا لم يجدوا الرعاية الكاملة فيمن يحبطون بهم ، ويفقدون إحساسهم بالسعادة حاليا ومستقبلا •

(و) الإكثار من التخويف أو الإكثار من التدليل :

الإكثار من التخويف للابن : له آثاره النفسية الخطيرة ، وقد ينعكس المكبوت في سن مبكرة على حياة الابن عندما يكبر : يخشي الناس أو لا يرضى أبدا عن عمل يعمله ، ويصبح دائما قلقاً ، فاقد الثقة بنفسه ، ويفقد إحساسه بالسعادة •

أما الإكثار من التدليل : له عواقب متعددة ، منها : الشعور بالنقص ، وفقد الثقة بالنفس ، وقتل روح الاستقلال وتحمل المسئولية .

ويجب التفرقة بين التدليل والعطف :

ففي العطف أخذ وعطاء .. أما في التدليل فالابن يأخذ دون أن يعطي ، والعطف ألزم ما يجب أن يحاط به الابن . فهو الموازن الطبيعي الذي يشعر به الصغير حيال الكبير ، ويبعث فيه الشعور بالأمن والطمأنينة اللذين يحتاج إليهما .

ولكن نعطف على الابن ونحبه ، على الرغم مما نراه فيه من عيوب ، يتعين علينا أنه نفهمه . فمعرفة الطفل شرط ضروري لتربيته ، غير أننا كثيرا ما ننظر إليه بأعيننا لا بمنظاره هو ، فنحاسبه كما لو كان كبيرا ، ونفرض عليه أوامر لا يفهمها ، ويرى فيها نوعاً من الغضب .

فالواجب أن يحل التفاهم ، والإقناع ، والحوار محل الأمر والنهي ، وأن نلجأ إلى الحرمان البسيط إذا اضطررنا إليه على درجات وفي زفق ، حتي لا يلجأ الابن الضعيف إلى الكبت ، والجنوح باعتباره وسيلة لحل الصراع الذي يخلفه الحرمان من الإحساس بالسعادة .

(٧) سوء الموارد الاقتصادية :

هناك كثير من الحالات التي لا حصر لها من ضعف الصحة ، الناتج عن سوء الحالة الاقتصادية للأسرة ، وعن الكثرة الزائدة لعدد الإخوة ، مما يحرم الابن من الإحساس بالحنان والحب

الذى هو غذاء الطفولة الأساسى فيشعر بالضياع ، وبالتالى يفقد شهيته للطعام ·· وينتج عن ذلك ضعف جسم الطفل الذى يؤثر بالتالى على صحته النفسية . وفقد الإحساس بالسعادة ، والفشل الدراسى ·

(ح) فقدان شهية الابن للطعام :

إلحاح الأم فى تناول الابن لكمية معينة من الطعام بالمنزل يفقده الشهية للطعام . ويجعله يتلذذ بتعذيب الأم الملهوفة عليه بالعزوف عن الطعام . وخصوصاً إذا كان وحيد الأبوين ليرضى غروره وحبه للسيطرة، وقطعاً يؤدى هذا الوضع إلى ضعفه الجسمى، وتأخره الدراسي ، وبالتالى يؤثر على صحته النفسية وفقدان إحساسه بالسعادة ·

فعلى الأم : أن تتوقف عن الإلحاح فى تناول الابن الطعام . وترك الطعام مكانه ليذهب إليه تلقائيا كلما أحس بلدغة الجوع · مع تجاهله خلال تناول الطعام فى شيء من الصبر والاتزان . ويؤدى هذا السلوك الي نتائج إيجابية ·

- **الذهاب الي المدرسة دون إفطار :**

يصاب كثير من التلاميذ بالإعياء الذهنى . والتأخير فى الفهم خصوصا فى الحصة الأولى لتعجل التلاميذ فى الخروج من المنزل مع البرد القارس دون إفطار لفقدان الشهية من ناحية · وحرصا على مواعيد المدرسة من ناحية أخرى · ويحدث نتيجة ذلك الإحساس بالدوخة مع شرود الذهن ، والاضطراب النفسى المعوق للفهم نتيجة ذلك ·

لذلك : من الضــروري على الآباء والأمــهــات والمدرسين الاهتمام بتوجيه **الأطفال إلى تناول وجبة الإفطار** قبل الذهاب إلى المدرسة ؛حتى يتمكنوا من التحصيل الدراسي السليم نتيجة التغذية المناسبة، وحتى يتجنبوا الجوع والإعياء الذهني .

* **سلوك الوالدين** : يؤثر الآباء في أبنائهم، ولاسيما الأمهات دون أن يشعروا عن طريق الإيحاء . وكثيراً ما يرفض طفلك اللبن؛ لأن الأم قالت إنها لا تحب اللبن أو يرفضه لأنه رفضه مرة فقالت الأم إن ابنها لا يحب اللبن .

وبذلك – ثبتت الفكرة عن طريق الإيحاء الذي وجهته الأم إليه وثبوت الفكرة يؤدي إلى تثبيت الفكرة لديه – يفقد شهيته له . ويرفض اللبن .

تؤثر **بعض الأمهات** على الأبناء فيضربن أسوأ المثل لأبنائهم، **فينقطعن إلى حد كبير** عن تناول الطعام **لتخفيف الوزن**.

وبعض الآباء لا يتناولون وجبة الإفطار ،إما بسبب قصر المدة بين الاستيقاظ وترك المنزل للعمل ، أو بسبب الإنهاك الناشئ من السهر في الليلة السابقة أو غير ذلك .

* **بعض الآباء يكثرون من التنبيهات أثناء تناول الطعام** لتلقينه آداب الأكل وتقاليده ، مما يصرف الطفل نفسه عن الطعام .

ويجب أن يفهم الآباء والأمهات أن الطفل يتعلم آداب المائدة بمرور الزمن عن طريق الممارسة المتدرجة ، وليس عن طريق التلقين والشرح ، وبذلك يضعف الطفل نتيجة فقدان الشهية ، وبالتالي يؤثر على تحصيله اللدراسي .

– **وخلاصة القول** : إن الأبناء يتأثرون كثيراً من موقف الوالدين إزائهم عند تناول الطعام ؛ الأمر الذى يؤدى إلى فقدان الشهية ، والضعف العام للطفل وبالتالى إلى التأخر الدراسى ٠

* **أسباب مرضيه وقلة شهية الابن للطعام :**

كالإمساك ، وسوء الهضم ، وما يصاحب ذلك من أعراض ظاهرة :

كالقئ ، اتساخ اللسان ، والتهاب اللوزتين ٠٠ إلخ ، والتقيح الصديدى للثة أو الكلى ٠٠ فهذه تقلل الحيوية العامة . فالطفل المريض تتأثر جميع أجهزة جسمه بالمرض، بما فيها الجهاز الهضمى ، وفى قلة الشهية للطعام ٠

الراحة له طوال فترة المرض ٠٠ وبإنهاء المرض تعود شهيته إلى ما كانت عليه ٠

* وهنا يجب أن نتبين دائما ، هل كان فقد الشهية لمرض جسمى أو سبباً له ٠ ولا يفسر ذلك إلا بأخذ التاريخ المرضى بالتفصيل ٠ والتعرف على سبب فقدان الشهية للطفل وعلاجها ٠٠ وينبغى التيقن من أنه ليس هناك سبب مرضى لضعف الشهية ٠٠ وتدرس **الظروف والمواقف التى تظهر فيها المشكلة** ٠

* كما يجب على الوالدين **التخلص من القلق** الذى يصيبهما بخصوص ضعف شهية الابن ، يجب عليهما أيضاً أن يعلما أن مناسبة تناول الطعام فرصة ملائمة لما يسمى « بالتعليم المصاحب » ورغم هذا فإن الطفل يتخذ من تناول الطعام

فرصة مناسبة يتعلم فيها الاعتماد على نفسه ، ويتعلم التعاون ، وما إلى ذلك ٠٠ أما إذا امتنع القلق ، واصبح عدم تناول الطعام فى إحدى الوجبات أمرا عاديا لا يدعو إلى القلق ، تقل الفرص التى يتخذها الطفل لإثبات ذاته بطرق غير مقبولة ٠

(٩) **فى ضوء العوامل المذكورة :** يمكن أن نفسر اسباب الظواهر النفسية والسلوكية المتعددة ، وبعض مظاهر الإنحراف التى تصادفنا فى بعض الأفراد : كالطفل العدوانى ، والطفل المغرور ، والخجول ، والطفل الشرس ، والمنطوى ، والجانح فى أى صورة من صور الانحراف ٠٠ كما يمكننا أن نفسر عوامل تكوين الطفل الجانح، والطفل الطبيعى فى تصرفاته وسلوكة والطفل الممتاز فى خلقه ، والمعتدل فى طباعه ٠٠ وهكذا ٠

الفصـــل الثــامـن :

« الأمومة .. وإشباع الحاجات النفسية للأبناء »

المقدمـــة

(١) سيكولوجية طفل الحضانة .

طرق إشبـاع الحـاجـات النفسـيـة للطفل فى مـرحلة الحضانة .

(٢) سيكولوجية طفل المرحلة الابتدائية .

– العوامل التى تساعد على إشباع الحاجات النفسية لطفل الابتدائى .

– أهم العـادات التى يجب مـسـاعـدة الطفل على إكتسابها وتكيفها مع المجتمع الذى يعيش فيه والتى تساعده على إشباع الحاجات النفسية .

(٣) سيكولوجيا المراهق

– التغيرات الانفعالية للمراهق .

– طرق إشباع الحاجات النفسية للمراهق .

(٤) دور الأم لتوفير الصحة النفسية للأبناء

« الأمومة •• وإشباع الحاجات النفسية للأبناء »

المقدمة :

الأمـومـة فن : فـالأمـومـة لا تعنى أن تقـوم الأم بإرضـاع طفلها، والعناية بنظافته ونظافة ملابسه ، وساعات نومه وصحته ، وقضاء كل احتياجاته •

الأمومة ليست أن ترعى الأم أولادها في يومهم وليلهم ، وفى مرضهم وصحتهم ، والاهتمام بدروسهم ومساعدتهم على استذكار هذه الدروس ، والسؤال عليهم فى مدارسهم وإشباع حاجاتهم الجسمية والنفسية ••

كل هذا عظيم ، ولكنها كلها أشياء تستطيع الأم وغيرها القيام بها •

- أما **الأمومة فهى فن** إقامة علاقة دائمة وصحيحة بينها وبين أولادها علاقة يظلها الحب والاحترام ، والثقة المتبادلة له والفهم والإيمان بأهداف مشتركة علاقة حب متبادلة، ينميه العطاء والبذل والتضحية من جانب الأم والأولاد معا•

وفيما يلى سوف أوضح طرق إشباع الحاجات النفسية للطفل:

(١) سيكولوجية الطفل فى مرحلة الحضانة : (الطفولة المبكرة)

يميل الطفل فى هذه المرحلة إلى الحركة ، واللعب ، والتجربة الشخصية لاكتشاف الأشياء ، وهو فى مفهوم المستنيرين لعب ، وفى مفهوم الأغلبية تخريب وهدم •وعن طريق هذا اللعب يكتسب

الطفل خبرة ومهارة ، وثقة بنفسه ، وتصرفه فردى بمعني أنه لايعرف أن يلعب مع الآخرين ، ولكنه يلعب مع نفسه أمام الآخرين وهو يميل إلى نزعة التقليد ٠٠ مقلد الكبار ٠٠ عنيف الانفعالات، كثير المخاوف شديد الغيرة خصوصا عندما يصل طفل غيره ، ويصبح موضع الاهتمام والرعاية وتكثر أسئلة الطفل نتيجة تعطشه للمعرفة والاكتشاف ٠

يبدأ فى البحث عن أصدقاء ، ويوجب أن توفرهم له حتى يتعلم الأخذ والعطاء ٠

وفى هذه المرحلة يجب أن تكون معاملتنا للطفل ثابتة – بلاتذبذب ٠

وأن نوفر له احتياجات هذه المرحلة من قصص مليئة بالحركة والحيوية ، والموسيقى والألحان ٠٠

نزعة التملك لدى الطفل فى هذه المرحلة ، هى نزعة طبيعية ولكنها تجد حلا جميلا هادئا ، ألا يهتم الفرد بما فى نفسه فقط بل للأخرين أيضا ٠ فإذا سادت هذه المبادئ وتمكنت من توجيه العلاقات بين الأفراد فى المنزل الواحد ، وجد فيها الطفل علاجا لكثير من المضاعفات المقترنة بحب التملك ، كانانية ، وحب السيطرة ٠

(١) طرق إشباع الحاجات النفسية للطفل فى مرحلة الحضانة (الطفولة المبكرة) :

كلما بدأنا فى إشباع هذه الحاجات مبكرا ، كانت قابلية الطفل لها أضمن فى المراحل التالية ، مما يفيد أن نوضح أهم

التوجيهات للتنشئة النفسية فى هذه المرحلة التى تؤدى إلى اشباع حاجاته النفسية هذه :

أ – **العمل على تنمية اتجاه المحبة والتعاون لدي الطفل** . والترحيب بمشاركة الغير فى ممتلكاته وألوان نشاطه ؛ لأن هذه تخرجه من محبة الذات ،ولا يتأتى ذلك إلا عن طريق قدوة الكبار للصغار وإظهارهم عاطفة الحب والإيثار فى معاملتهم لهم.

ب – لما كانت هذه المرحلة هى **مرحلة الرضي بالأسرة والافتخار بالوالدين** فإنها فرصة تحثه لاصطحابه الأولاد فى النزهات العادية ، وفي الذهاب إلى دور العبادة ، وزيارة الأقارب . ويمكن أثناء ذلك تعليم الطفل الكثير من الآداب الاجتماعية ، وآداب الجلوس فى بيوت أخرى غير بيته ، وآداب الحديث ، والطعام، واحترام العبادة . وغير ذلك .

جـ – **التدقيق فى مراقبة الطفل بين أصدقائه** حتى لا يعيش فى جو تسوده كلمات القبح والتفاهة ، فيقسو قلبه ، ويضعف التأثير الدينى فى نفسه ، ومن هنا يكون له أضرار اللعب والوقوع فى صحبة المنحرفين .

فيجب تعويد الطفل سماع كلمات الود ، والمجاملة ، والحب والفضيلة . حتى ينفر من سواها .

د – **يجب التزام الصدق والبساطة فى الإجابة عن أسئلة الطفل** فى هذه المرحلة ، وأن يراعى فيها مستوى عقليته ومرحلة نموه .ومن المفيد أن نستثير تفكير الطفل بأسئلة تساعده على التفكير السليم ، وعلى التأمل فيما حوله من

محتويات البيئة ، وربط هذا كله بطريق القصة ، بعمل الله فى الوجود فيرتبط الطفل به ارتباط الحب والشكر والتقدير .

٥ – **تحفيظ الطفل الكثير من العبارات الدينية**، فانفعال الطفل فى هذه المرحلة بالنغم والموسيقى يساعده على ذلك ، ولهذا ولاشك تأثيره الكبير فى نمو الطفل الوجدانى نمواً سليماً .

وصفوة القول : إن عالم الطفولة عالم جميل ، ولكن الكبار مع الأسف يحرمون أنفسهم من التمتع بهذا العالم الرائع .. إن مجرد الاتصال بالأطفال ، واللعب معهم ، وملاحظة براءتهم ، وطريقة حديثهم ، وتوارد الأفكار والخواطر عليهم ، وانطلاقهم فى عبثهم هذا الاتصال فى ذاته متعة كبرى .. **فالطفولة هدية الله للإنسانية** .. فإذا كنا نشارك الله فى تشكيل الطفل جسديا فيجب أيضاً أن نشاركه الشعور بأهمية هذه المرحلة ، فنعمل على إحاطة الأطفال بجو نفسي مناسب ، وعلى تنميتهم على محبة الله الخالق ، وعلى الإيمان بتأدية فروض العبادة والتمسك بالمبادئ الاخلاقية وفى سلوكنا نحن أولا ، وقدوتنا ، وانفعالنا بحب الفضيله وسيلة لتوصيل هذا النوع من الحياة إلى أطفالنا الصغار .

وليس أقدر من الأم من إشباع هؤلاء الأطفال بالحاجات النفسية التى تساعدهم على النمو النفسى والجسمى السليم فى هذه المرحلة المهمة من حياتهم .

طرق إشباع الحاجات النفسية للطفل فى المرحلة الابتدائية :

(٢) سيكولوجية طفل المرحلة الابتدائية (الطفولة المتأخرة)

تعتبر هذه المرحلة ، مرحلة الإتقان : يبدأ الطفل فى إتقان المهارات ، وينتقل من مرحلة الخيال إلى الواقعية والموضوعية • ويميل إلى الملكية ويتمتع بذاكرة قوية وقدرة على الاستيعاب والحفظ•

في هذه المرحلة : تتفتح قدرات الطفل وتنمو خبراته ، ويحتاج إلى معاونة الوالدين والمربين لإكمال نموه الاجتماعي : فيما يسمى عملية **الأخذ والعطاء** ، والحق والواجب دون عنف أو قهر، وتوفير الأصدقاء الأوفياء •• إن ذلك يكون رصيدا له يجتاز به مرحلة المراهقة بأمان ، ويعلمه المناقشة والحوار ، وتعود الاستماع والإصغاء دون مقاطعة ، والاستئذان عند التحدث : والطاعة ، والخضوع لرأى الأغلبية ، وكلها قيم اجتماعية ضرورية فى مراحل حياته التالية •

*** العوامل التى تساعد على إشباع الحاجات النفسية لطفل الابتدائى :**

(أ) علاقة الطفل بالبيئة :

الطفل يعيش بين والديه وإخوته ، وجيرانه ، ومعارفه ، ومدرسته •

لابد أن يشعر الطفل بأنه مقبول من المحيطين به، وأنه هدف فى حد ذاته ، لم يأت وليد الصدفة، وأن ينعم بحب والدين متفاهمين يجمعهما الحب والاحترام : معاملتهما ثابتة تجمع بين العطف والحزم •• تعطيه قدراً من الحرية تمكنه من تحقيق ذاته

وشق طريقه ، وتنمية قدراته ، والاطلاع بالمسئوليات ، وممارسة الخلق والابتكار وتشبع حاجته النفسية وتعوده الاعتماد علي النفس في :

تناول الطعام ، وارتداء الملابس ، والمحافظة علي الأدوات ، واللعب والقيام بما يكلفونه من أعمال ٠

(٢) علاقة الطفل بأخواته :

من المؤكد أن مركز الطفل بين إخوته يؤثر في تشكيل شخصيته ، وفي اتجاهات الوالدين نحوه ٠٠ وعادة يشعر الطفل الأول بالحرمان من حب ورعاية والديه عند وصول منافس ، يخيل إليه أنه يغتصب منه حقوقه في التمتع بعطف وتقدير الوالدين وما يتبع ذلك من التغير في المعاملة ٠٠ وتهتز ثقة الطفل الأول في نفسه ،وفيمن حوله ٠٠ وتنشأ الغيرة بالمراحل المختلفة ويتولد عنها : الأنانية ، والعناد ، وعدم الطاعة ، والتحدى ٠

وصمام الأمان لكل ذلك : أن يوفر الوالدان لأولادهم الفرصة فيعيشوا في تلاحم كأصدقاء متحابين ، دون تميز في المعاملة والذي يولد الكراهية أو الحقد أو الانانية ، أو يشعر أحدهم بأنه أفضل من أخيه ، أو أنه المميز عنهم ٠

(٣) علاقة الطفل بمدرسته :

تعتبر حلقة متوسطة يمر فيها الطفل في دور، يقع بين مرحلة الطفولة الأولى التي يقضيها في منزله ، ومرحلة اكتمال نموه التي يضطلع فيها بمسئولياته في المجتمع ٠٠ ولذلك :

(أ) يجب أن يكون هناك اتصال وثيق جداً بين الحلقات الثلاث :

المنزل ، المدرسة ، المجتمع

- ويجب على المدرســة أن توفــر للطفل فى هذه المرحلة شعوره بالانتماء فى محيط المدرسة وتهيئ له الشعور بالأمان ، والفرصة للتعبير الحر عن نزعاته . وفى زيادة نموه ، واكتساب المهارات العقلية واللغوية والاجتماعية .

ولكى يتحقق ذلك : لابد أن يقوم المدرس أو المدرسة بدور بناء لبناء علاقة وثيقة بينه وبين تلميذه.

(ب) تطور النظريات التربوية :

* لابد أن نؤكـد أن النظريات التـربوية تتطور بتطور الزمن، وان كثيرا مما كنا نراه لزاما وموافقا لم يعد يصلح لعصرنا الحاضر . **فالعقل ينمو بالانطلاق** وليس بالكبت . والتعليم الصحيح **هو النشاط الذاتى فى التلميذ** ، وأصبحت مهمة المربى موجها ومكتشفا لمواهب التلاميذ وإستعداداتهم .

ولابد أن **يحترم تفكير** الطفل ومواهبه . واستعداداته وقدراته مهما كانت بسيطة . ويتم تشجيعه على النمو من خلال النشاط والخبرة، والممارسة العملية .

* نقطة أخري يجب أن نضعها فى الاعتبار .. **وهى أن طاعة أولادنا يحققها التفاهم وليس الأوامر والنهى .**

فنحن نسمع الكبار يقولون إن نظرة واحدة من الأب أو الأم كانت تكفى لكى يثير الرعب داخلهم ، وأنه عندما يتكلم الأب فلا رأى لهم .

وكل هذه الأشياء مضى زمانها .. الطاعة الآن لا تكتسب

إلا بالتفاهم والحوار الهادئ والإقناع •• وقد ينجح الكبار فى قهر الصغار ، ولكنهم لن ينجحوا فى أن يزرعوا فيهم القيم والاتجاهات المرجوة •

ولذلك : لابد من التفاهم مع أولادنا فى القضايا التى تهمهم، وأن نعطيهم خبرتنا بالحب والاقتناع ، وأن يتم بيننا وبينهم حوار بناء ، ونعطيهم الفرصة ليكون القرار من صنعهم •

* وأن نتيح لهم الفرصة ليكونوا ما يريدون ، وليس نسخة منسوخة منا ، أو كما نريد نحن •
* وأن نتيح لهم المعرفة الكاملة دون تكتم فنجيب عن أسئلتهم بموضوعية ووضوح •

وبالاختصار : ينبغى أن ندرك أن أولادنا أفراد منفصلون عنا، لهم شخصياتهم وفرديتهم •• لهم أمانيهم وطموحاتهم •• ودورنا هو دور الموجه والمعين ، والمحب الذى يحوطهم بالحب والرعاية ، ويكمل لهم المعرفة وحرية الحركة والتفكير ، والوصول بهم إلى أمانيهم ، وتحقيق ذاتهم دون قهر أو تدخل •• الحب المستنير الذى يبني دون قهر •• الحب الواعى الخالى من الأنانية لأولادنا قادر على أن يحقق المعجزات •

(٤) مساعدة الطفل على اكتساب العادات التى تشبع حاجاته النفسية :

ينبغى مساعدة الطفل على اكتساب العادات التى تشبع حاجاته النفسية ، والتى تساعد على التوافق مع البيئة ، وعلى مواجهة مشكلات الحياة بطريقه إيجابية وناجحة •

* **وفيما يلى : أهم العادات التى يجب مساعدة الطفل على اكتسابها ، وتكيفه مع المجتمع الذى يعيش فيه والتى تساعد على إشباع حاجاته النفسية**

١ – احترام القيم والمعايير الأخلاقية :

يكتسب الطفل القيم الاخلاقية من الأبوين، وأن من يقوم مقامهما فى تربيته، ولذلك تلعب القدوة الحسنة من الوالدين دورا هاما فى تكوين أخلاق الطفل • ويتوقف مدى اكتساب الطفل لقيم الوالدين على **علاقته العاطفية بهما** •

فإذا كان إعجابه واحترامه وحبه لهم نشأ مثلهم •

وإذا فشل الطفل فى أن يجد مثله الأعلى فى الوالدين ، فهو يتخذ مثلا أعلى خارج الأسرة ، فإذا كان هذا المثل منحرفا فقد ينحرف الطفل •

ولذلك يجب أن تهيىء للطفل الفرصة فى أن يجد مثلاً أعلى مناسبا فى محيط الأسرة أو المدرسة •

٢ – السيطرة علي النفس والاتزان الانفعالى :

* يعود الطفل التحكم فى انفعالاته حسب الظروف ، فلايتمادي فى إظهار الغضب أو يبالغ فى الشعور بالفرح أو الحزن •• كما يحسن أن يتحمل بعض الحرمان دون أن يضطرب • ومما يساعد الطفل على هذا التحمل وهذا الاتزان أن يكون قد حصل على إشباع لحاجاته النفسية فى الفترة السابقة (مرحلة الطفولة المبكرة) •

والطفل الذى يشعر بالاطمئنان ، والإشباع لحاجاته النفسية ، أقدر أن يتحمل الحرمان من الطفل المحروم •• **وإتزان الأم فى**

تصرفاتها ، وتحكمها فى انفعالاتها يعطى قدوة حسنة يقلدها الطفل فيصل إلي الاتزان المطلوب •

- يجب أنه يساعد الطفل على أن يصل إلى المواقف التى تكون مصحوبة بالانفعالات الإيجابية (مثل : الفرح ، والسرور ، والحب ، والفخر ، والانتصار)

فكلما تكررت هذه المواقف ، اكتسب الطفل اتزانا وقدرة على التحكم فى انفعالاته •

- يجب أن نتجنب بقدر الإمكان المواقف التى تؤدى إلى انفعالات سلبية (مثل : الحزن والغيره ، القلق ، الاكتئاب، الغضب، الكراهية) فكلها انفعالات سلبية ضارة بالصحة النفسية لو تكررت •

(٣) الثقة بالنفس :

تنمو الثقة بالنفس مع إتقان الطفل للمهارات المختلفة التى تناسب قدراته ، وواجبنا أن نهيئ للطفل الفرص لتعلم أشياء جديدة كثيرة وتشجعة عند إتمامه عملاً متقناً أو عملا مفيداً ، ونتجنب المقارنة بين الإخوة ، فإنها تضعف الثقة بالنفس وتثير الغيرة •

(٤) الاعتماد على النفس :

يعود الطفل أداء شئونه بنفسه ، مثل : عمليات النظافة ، وترتيب أدواته وملابسه • وإذا وجد الطفل صعوبة فى أداء واجبه المدرسى ، فقد تساعده الأم على فهم الموضوع ، ولكنها تتجنب كتابة الواجب له•

(٥) الدقة والإتقان فى الحركات والحواس والتعبير :

أثناء عملية التعليم يشجع الطفل على إتقان العمل مهما كلفه

ذلك من جهد أو وقت ، ولا يجب أن يعطى أى اهتمام لسرعة الأداء لأنه يجب أن يتقن عمله أولا، ويكتسب السرعة تدريجيا مع التكرار.

(٦) حل المشكلات بطريقة إيجابية :

إذا قابلت الطفل مشكلة أو صعوبة ، يجب أن نعلمه كيف يفهم جميع الظروف المحيطة بالمشكلة ، ونعوده التفكير في حل عملي حتى يتغلب عليها ونجنبه الحلول السلبية مثل الهروب من المشكلة لتجاهلها أو تركها دون تفكير أو ترك المسائل معلقة ٠٠ ويجب أن يدرك الطفل أن كل مجهود إيجابى لابد أن يصل إلى ثمرة٠

(٧) التفكير الموضوعي :

نعود الطفل عن طريق المناقشة وتبادل الآراء أن يصدر أحكاماً موضوعية عن الأعمال التى رآها بصرف النظر عن شعوره الذاتى ٠ فإذا رأى عملا ظالما لأى شخص آخر، فمن واجبه أن يحكم على هذا العمل بأنه ظالم وخاطئ ، حتى إذا كان الشخص المظلوم مكروهاً من الطفل ، فالتفكير الذاتى يحكم علي أشياء حسب شعور الشخص بها وليس حسب الظروف الموضوعية للعمل ٠

(٨) الطاعة :

يطيع الطفل الأبوين عادة لحبه لهما ورغبته فى كسب رضاهما وقبولهما والثقة فى حكمتهما وسداد رأيهما وثقته بوقوفهما بجانبه دائماً ، فإذا توافرت هذه العلاقة بين الطفل وأبويه ، كانت طاعتهما عملية سهلة دون مشكلات ٠

أما الطاعة التى يرغم عليها بالشدة والعنف ، فهى إما أن تؤدى إلي تحطيم شخصية الطفل وسلبية إرادته أو تؤدى إلى خروج

الطفل عن سلطة الأبوين ، وانحراف سلوكه ٠

(٩) الانطلاق في التعبير :

كي نستطيع إشباع حاجات الطفل النفسية نحو التعبير عن المشاعر الداخلية ومشكلاته ورغباته ، ينبغي على الأم أن تتيح الفرصة لأطفالها لكي يعبروا عما يريدون ذلك بتدبير الجلسات الهادئة يوميا ، والكلام مع كل طفل عن مشكلاته الخاصة علي حده ٠٠ لو أمكن ذلك ٠ ولكن لو كانت الأسرة كبيرة العدد ، والأم كثيرة المشاغل، فسيكون من الصعب عليها أن تمكن كل طفل من التعبير عن نفسه بمفرده ٠ ولذلك تساعد الجلسات الهادئة العائلية الجماعية على انطلاق الأطفال في التعبير ، وعلى تكوين علاقات بين أفراد الأسرة والأطفال الاصغر سنا يعبرون عن أنفسهم باللعب وبالرسم ٠

(١٠) الاختلاط بالمجتمع :

نشجع الطفل على الاختلاط بالآخرين ، وعلى تكوين صداقات مختلفة بتهيئة المجال لهم ٠٠ إما بالتزاور أو بالاشتراك في أحد الاندية ، أو الجمعيات ٠

وتحاول الأم أن تغرس في نفس الطفل الصفات ، التي تجعله محبوبا من الآخرين، ويسهل عليه الاحتفاظ بالأصدقاء كصفات التعاون وتبادل الخدمات الصغيرة وتبادل الهدايا ٠

والطفل الذي استطاع أن يتخلص من أنانيته، يشارك الآخرين شعورهم ويهتم بأمرهم ، وينصت إليهم باهتمام مما يزيدهم حبا له٠

والطفل الذى استطاع أن يشعر بالطمأنينة والذى يعيش في أسرة سعيدة متحابة يكون أقدر على الاهتمام بالمجتمع ، عن الطفل الذى يعاني اضطرابا نفسيا في بيئته ٠ كما أن الاختلاط يساعد

الطفل علي النمو الاجتماعى السليم ، والتعاون ، ويشعره بأنه ينتمى إلى جماعة كبيرة تحميه وقت اللزوم من الانسياق فى الخيال ، والانحراف فى التفكير .

(١١) العلاقة الأسرية السليمة :

الجو العائلى الهانئ الذى تسوده روح المحبة والتفاهم والتعاون من جميع الأفراد يعطى الطفل شعورا بالاطمئنان ، والثقة بالنفس ، ويحميه من القلق والاضطراب النفسى .

والعلاقة بين الأبوين يجب أن تكون فى حالة وفاق ، مبنية على الاحترام المتبادل ، والتعاون مع مشكلات الحياة بحيث يضع كل منهما الآخر فى اعتباره دائما ، ويجب أن يكون لكل فرد من أفراد الأسرة قيمته واعتباره وأهميته دون تفضيل أحدهم على الآخر، فالكبير يعطف على الصغير ويساعده . والصغير يحترم الكبير ويستشيره فى جو من الود والتفاهم .

(١٢) فهم حاجات الطفل النفسية :

إن فهم حاجات الطفل النفسية فى كل مرحلة والعمل على إشباع هذه الحاجات فى الوقت المناسب يساعد على نمو الطفل سليما من الناحية الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية .

فمثلا الطفل فى **السنة الأولي** يحتاج إلى حماية تامة ورعاية كاملة من الأم ويحتاج إلى إشباع حاجاته الأولية بانتظام ، مثل : الطعام ، النظافة ، الحنان .

والطفل فى **المرحلة الابتدائية** يحتاج إلى تعليم النظام والاستقلال ، والاعتماد على نفسه ، وإشباع هذه الحاجات فى الوقت

المناسب لها ينتج طفلا متزنا سليما ٠

أمـا إذا حـاولنا تعـويد الطفل النظام أو الاسـتـقـلال فى السنة الأولى، فيؤدى ذلك إلى فشل وحرمان الطفل من الرعاية اللازمـة، وسوف يكون له أسوأ الأثر على نفسية الطفل مستقبلا ٠

وكذلك إذا حاولنا إغداق الحنان أو الرعاية على الطفل بصورة مبالغ فيها فى المرحلة الابتدائية ، فسيحرمه ذلك من فرصة النضج والاعتماد على النفس ٠

وأخيـرا : فإن عوامل إشبـاع الحـاجات النفسيـة للطفل التى ذكرتها تساعد على توفير الصحة النفسية له فى جميع مراحل عمره ٠٠ فإذا وفى كل أب وكل أم بما تقتضيه تنشئة الصغير على أساس الرغبة الصادقة فى الرعاية الراشدة لحاجات الطفولة، لتبدى لنا شعاع من الأمل بأن عالم الغد قد يكون خيراً من عالم اليوم ٠

(٣) سيكولوجية المراهق :

- يجتاز الفرد فى حياته عدداً من فترات الانتقال تتراوح بين البساطة والتقيد ، وتتطلب كل فترة من فتـرات الانتـقـال توافقاً جـديدا ٠٠ ومـرحلة المراهقة واحدة من هذه الفترات المهمة ، إن لم تكن أهمها جميعا ٠
- إن مـرحلة المراهقـة انتـقـال بين الطفـولة والرجـولة ٠٠ وفترات الانتقال حرجة وصعبة للغاية ، تحدث فيها تغيرات جسمـيـة ونفسيـة وعقلية واجتـماعيـة ، ودوافع جنسيـة ٠ والمراهق أمـام هذه التـغيـرات لا يسـتطيع أن يتـغلب على

مشكلاته بسهولة ويسر ؛ لسوء المعاملة المنزلية ، وتأخر أساليب التربية .

- **حياة المراهق متأرجحة :**

- تبدأ عند البنات في سن ١٢٫٥ سنة، وعند البنين في سن ١٣٫٥ سنة .

- يتأرجح المراهق بين الميل لأن يكون مستقلا يتحمل المسئولية، ويعامل معاملة الكبار .. وأن يكون طفلا مدللا يجمع مميزات الطفولة ونعومتها .

- يتارجح المراهق بين أن يكون متفائلا وديا مطيعا محبا للكبير ، وأن يكون عنيدا متكبرا لا يحترم السلطة .

- **متطلبات النمو في فترة المراهقة :**

١ - الإستقلال عن الأبوين .
٢ - الإعداد للحياة المدنية .
٣ - الإعداد للمهنة .
٤ - الإعداد للزواج .
٥ - تكوين هوايات مفيدة .
٦ - تكوين فلسفة للحياة .
٧ - قبول المراهق لنفسه .

*** مظاهر النمو الانفعالي في المراهقة :**

(١) الخصائص الانفعالية في مرحلة المراهقة :

١ - يثور لأتفه الأسباب .
٢ - التقلب وعدم الثبات .
٣ - لا يستطيع التحكم في انفعالاته .

٤ – يتعرض لحالات من اليأس والاكتئاب •
٥ – تكوين عواطف شخصية •
٦ – يثور أحياناً ضد الأسرة والمجتمع •

(٢) أسباب الصراع الانفعالي في المراهقة :

١ – التغيرات الجسمية المفاجئة •
٢ – شدة الدافع الجنسي •
٣ – الصراع الداخلي للمراهق بين متطلبات العالم الخارجي من عرف ودين وتقاليد وخاصة في المنزل والأسرة •
٤ – الصراع بين اعتزاز المراهق بنفسه ورغبته في إثبات ذاته، وتأكيد شخصيته ، الخضوع للمجتمع الخارجي •
٥ – ثم يأتي عجز المراهق في التكيف مع البيئة التي يعيش فيها ، وتزداد حساسيته لأن البيئة الخارجية ممثلة في الأسرة ، والمدرسة ، والمجتمع، لاتعرف بما طرأ على المراهق من نضج ، ولا تأبه له ، ولا لحقوقه كفرد له ذاته•

(٣) أسباب مشكلات المراهق الانفعالية :

١ – تفسير المراهق كل مساعدة من الوالدين علي أنها تدخل في شئونه ، وإساءة لمعاملته • ويعترض المراهق على سلوك الوالدين نحوه بأشكال متعددة ، منها السلبية والرفض•
٢ – عجزه المالي : الذي يحول دون تحقيق رغباته ؛ فقد يجد نفسه وسط جماعة ينفقون عن سعة •• وهو عاجز عن مجاراتهم•

٣- الإحتلام والعادة السرية .

٤ - إحساسه بنضجه الجنسى ، والحرج من الجنس الآخر .

٥ - التزامه بتحمل بعض المسئوليات . فهو فى نظر والديه لم يعد طفلا . ولذلك فهو مطالب بالاعتماد على نفسه ، وقد يجد نفسه عاجزا عن تحقيق رغباتهم .

٦ - القيود المدرسية والأسرية . تعوق حريته واستقلاله ، وتسبب له القلق . وينشأ عن القلق والاضطراب نوع من التمرد موجه نحو الوالدين ونحو المسئولين فى المدرسة .

٧ - جهل الوالدين بطبيعة مرحلة المراهقة .

٨ - الاندفاعات العاطفية وقيود الأسرة والمجتمع .

(٢) التغيرات الانفعالية للمراهق :

أ) الميل إلى الجنس الآخر

يميل المراهق إلى الجنس الآخر ، ويقابل هذا الميل اعتراضات كبيرة من المجتمع ، مما يزيد المراهق ميلاً إلى معرفة كل شئ يتعلق بالجنس .

ونظرا لأن التربية الجنسية عندنا سيئة ، فنلاحظ أن الدافع الجنسى يسبب كثيراً من المتاعب عند المراهقين ، إذ يصحب ظهور الصفات الجنسية حيرة وحرج عند المراهقين ، وكثير من نوبات تغير المزاج والاكتئاب .

كيف يوجه المراهق ؟

مهمة الوالدين . والمدرسين . ورجال الدين كبيرة وخطيرة فى التربية الجنسية فى هذه المرحلة ؛ حيث يجب أن :

١ - يزودوا المراهق علما بالمعلومات الجنسية .

٢ – يوجهوا المراهق إلي العلاقات السليمة بين الفتي والفتاة •
٣ – يوجهوا المراهق إلي ممارسة الألعاب الرياضية ، والهوايات الابتكارية مثل : الصناعات الكيماوية ، والكهرباء ، واللاسلكية ، والطيران ، والالة الكاتبة •• إلخ •
٤ – يعملوا علي ضم المراهق إلى مؤسسات اجتماعية فنية ليتفاعل معها تفاعلا سليما ، ويحسن اختيار أصدقائه واقرانه وقراءاته •
٥ – يعملوا علي أن تتكون لدي المراهق اتجاهات تقدير الجنس الآخر ، ويؤمن بأن طاقته الجنسية يجب أن يصبها في ألوان النشاط الحر الابتكاري كهواية له •

ب) الميل الاجتماعي :

١ – يميل المراهق في هذه المرحلة إلي تكوين علاقات اجتماعية ، وصداقات كثيرة ويعجب جدا بأصدقائه، ويفضلهم أحيانا عن أهل بيته ، ويخلص لهم أحياناً أكثر مما يخلص لأهل بيته •
٢ – يميل ويستريح نفسيا إلى من هو في سنه، ويشكو له اضطراباته •
٣ – يميل إلى الإسهام في الرحلات والمعسكرات ، والحفلات ، والندوات •• الخ •

■ مسئولية المربي تجاه هذا الميل :

– مراقبة عن بعد الصداقات التي يعقدها المراهق ؛لأنها كثيرا ما تنقلب إلى صداقات سيئة في المجموعة •
– أن تكون هناك أنشطة اجتماعية ، مثل : الحفلات وأعياد

الميلاد ، حفلات السمر ، والرحلات ، على أن يكون التوجيه والإرشاد دقيقاً .

- تشجيع المراهقين علي ممارسة الحياة الدينية بنجاح ، بإيجاد علاقة مع الله فى الصلاة الشخصية ، والعائلية ، والجماعية، والتأمل فى الكتب المقدسة

- أن يكون المرشد النفسى أو المربى شخصا سويا ، متفاءلا مملوء بالفرح الحقيقى ، حتى ينقل النهج الجسدى إلى مرح روحى صادق .

- إعطاء المراهق فرصاً للحوار والمناقشة .

جـ) الميل إلى الإعجاب بالبطولة :

١ - يميل المراهق إلى الإعجاب بالبطولات ، والعظماء ، والنجوم ، والمصارعين .

٢ - يغرم بالقراءة عن هؤلاء ، ويحلم بأن يكون رجل فضاء أو ملاكم خطير .. إلخ .

٣ - وإذا وجد مرشد روحى له مقومات النجاح العلمى والاجتماعى ، والروحى، فإنه يعجب به ، ويبوح له بأسراره ، ويتخذه مرشدا له ، ويقلده فى جميع تصرفاته، ويمتص قيمه ، ومبادئه ، وطبعه .

مسئولية المربى تجاه هذا الميل :

- تقديم سير الأبطال ، والشهداء والقديسين الذين عاشوا كنماذج حية للجهاد فى كافة المجالات الروحية ، والاجتماعية ، والوطنية .

- توجيه المراهق إلى أن البطولة ليست هدفاً من وجهة نظر دينيه ، وإنما يلزم للفرد أن يحيل هذا الميل الي التحلى بالأخلاق والسلوكيات الحميدة ،التى تعود علي الفرد بالسعادة حاليا ومستقبلا ، مع التمسك بالقيم ، والمبادئ الهادفة •
- الاهتمام بإيجاد المرشد النفسي يحمل روحاً طيبة وديعة ، ونفسا شغوفة صبورة ، وعقلية ناضجة متفتحة •

(د) الميل نحو المرح :

على الرغم من وجود القلق أحياناً فى داخل نفسية المراهق ، إلا أنه يظهر ميلا واضحا وهو الرغبة فى المرح والمزاح والانبساط والجو الاجتماعى الذى يسود هذا النمط ، ثم الحفلات العامة ، وحفلات عيد الميلاد ، واجتماعات الأصدقاء ورجالاتهم•

مسئولية المربي تجاه هذا الميل :

يساعد على تقوية هذا الميل لكى يبعده عن عوامل القلق والاكتئاب التى يمكن أن تظهر فى نفسية المراهق ، بأن يكون المدرس متفائلاً ، ميالاً إلى الجو الاجتماعى والانبساط ، يشيع فى تلاميذه هذه الميول ، على ألا يسمح لهذه الاجواء أن تتطرف • فتشمل الفكاهات القبيحة ، أو التهكم على الآخرين أو مغازلة الجنس الآخر إطلاقا •

(٥) الميل نحو نفسه :

- يلاحظ أن المراهق شديد الحساسية للنقد ، وينتقد نفسه بمنتهي الشدة والغضب ، وكثيرا ما ينتقد المراهق أعماله وإنتاجه معا مما يؤدى إلى الضعف العام •

مسئولية المربى تجاه هذا الميل :

- يحتاج المراهق إلى من يأخذ بيده ويشجعه على كل ما يقدمه ، ويذكر الأشياء الحسنة ·· أما الأشياء السلبية فيظهرها له بشكل لطيف ليستفيد منها فى بناء نفسه بناء سليما ·

- وتظهر أهمية الوالد أو المدرس فى هذه المرحلة ؛ فالمربى الذى تعود أن ينتقد المراهق أمام الضيوف الكبار ، وينزل عليه اللوم باستمرار لا يمكن أن يكسب صداقته ، ومن ثم لا يستطيع أن يغيره إطلاقا ، وأفضل من النقد العلمي العتاب الشخصى المشوب بروح العطف والصداقة ·

٦) الميل إلى التدين :

يبحث المراهق دائما عن فلسفة ثابتة للحياة ، ويبحث عن وضع مستقر لنفسه فى هذا الكون · وأثناء هذا البحث يتذبذب فى اعتقاداته الدينية ، ويشك فيها أحياناً ، حتى يستقر أخيرا على العقيدة التى تشبع حاجته إلى فلسفة ثابتة فى الحياة ·

لتأدية العبادات فائدتان :

١) **إنها توفر للإنسان وقتاً ليتأمل نفسه** بالنسبة للكون الكبير، وبالنسبة للخالق ·· كما أنها تخفف الشعور بالذنب ، وتساعد على توفير الطمأنينة بشعور الشخص بأن الله بجانبه ·

٢) تعطى الإنسان شعورا بأنه **ينتمى لجماعة كبيرة** تشترك فى التفكير والعقيدة فى تأدية العبادات بالطريقة نفسها · وهذا الشعور بالانتماء إلى الجماعة ينمى الشعور بالأمن والاستقرار ، وعلينا أن نشجع المراهق على التخلق بروح الدين وأهدافه لصالح المجموع ، وحماية حقوق الأفراد من

عدوان بعضهم علي بعض •

(٣) طرق إشباع الحاجات النفسية للمراهق :

حيث إن فترة المراهقة فترة انتقالية بين الطفولة والرجولة : تحدث فيها أزمات نفسية كثيرة نتيجة للتغيرات الجسمية والنفسية • فالمراهق وهو في طريقة للرجولة والنمو الكامل لايزال يميل إلى الطفولة بحياتها الوردية . وبينما الدافع الجنسي يضطرب في داخله، غير أن المجتمع يخفي عنه كافة المعلومات المطلوبة عن الجنس •

وبينما يضطرم في داخله دافع إثبات الذات والمعاملة كرجل، نجد المجتمع لا يعترف بهذا ، فهو مازال تلميذاً يجب أن يطيع كما يطيع الصغار، دون أن يدري بما حدث في الداخل من تغيرات جوهرية •

وهكذا نجد المراهق في دوامة انتقالية ، يتذبذب فيها بين الثورة والهدوء ، بين التروي والرضي عن الحياة •• وبين التشاؤم والتفاؤل ، وبين الزلة والحياة الاجتماعية •• إلخ • ومهما يكن من أمر ، فإن أسباب هذه الأزمة معروفة، وهي تتعلق بعدم قدرته على إشباع حاجاته النفسية •• لذلك :

ينبغي اتباع الطرق الآتية لإشباع حاجاته النفسية ، كي تمر هذه الازمة بسلام :

١ – يجب أن يعامل المراهق علي أنه رجل كامل، أو أنه ناضج، فيشعر بالمسئولية ويعامل معاملة الكبار ونشركه في مشكلات الأسرة ، كما نحترم رأيه ولا نستهين به •

٢ – يجب أن يشعر المراهق بالإخلاص له ولكيانه ومصلحته كرجل أو فرد و نجعله يحترم نفسه فينعكس ذلك الاحترام على العالم الخارجي•

٣ –نعطيه الفرصة لكى يتحقق من أن الوالد أو الوالدة أو المدرس أو الرائد صديق كبير له ، وأن هذا الصديق يستطيع أن يساعده فى حل مشكلته، لأنه قد عاني مشكلات شبيهة له،عندما كان مراهقاً، وتغلب عليها بمساعدة من يثق فيه من الكبار • وبذلك اكتسب خبرة تمكنه من إبداء الرأى السليم • وبهذه الطريقة يشعر المراهق أن مشكلاته ليست مقصورة عليه كما كان يتصور ، بل هى عامة بين جميع الناس وفى هذه المرحلة •

٤ – تعليم المراهق معني الشرف والسلوك القويم عمليا بأن تكون قدوة صالحة ، وان نكسب إعجابه واحترامه بتصرفاتنا •

٥ – نرضى غرور المراهق الاجتماعى ونعطيه مكانه فى المجتمع ، فلا نحرم المراهق من حضرة الرجال • ولا نبعد الفتاة من مجال السيدات ، ونشجع اختلاط الجنس تحت الرقابة الرشيدة • • وبذلك نعطى المراهق الفرصة لكى يتعلم كيف يسلك سلوكا مهذبا فى وجود الجنس الآخر ، وفى حضرة من هم أكبر سنا أو مقاما •

٦ – إذا اخطأ المراهق فى أى تصرف أو ثار أو غضب ، فيجب أن نتجنب استفزازه أو معايرته بالخطأ • كما لا يجب أن يقابل الغضب بالغضب ، بل نكون قدوة حسنة له فى الرزانة ، وضبط النفس ، ثم نجعله يلمس نتائج سلوكه الخاطئ بطريقة غير مباشرة وبذلك تزداد ثقته فينا ، ويبتعد عن السلوك الخاطئ فى المرات القادمة •

٧ – ينبغى مساعدته على الاستقلال ،فلا ينبغى التدخل فى كليات وجزئيات حياته ، وإعطاؤه فرصة لإظهار

شخصيته في ترتيب حجرته مثلا ، في اقتناء الكتب الصالحة التي يرغبها •• في اختيار الأصدقاء المهذبين •• في اختيار البدلة والحذاء الذي يروق له•• إلخ ••

٨ – **ينبغي الابتعاد عن الشدة والعقاب** إذا وجد المربي من المراهق ضيقا نفسيا أو تبرماً ، والانتظار حتى تهدأ العاصفة ، ومعاتبته بهدوء حتى يعود له اتزانه واستقراره النفسي ؛ فقد ثبت أن الآباء الذين يصادقون أبناءهم يمكن أن يجنبوهم أزماتهم النفسية •

٩ – ينبغي أن يدرب المراهق من طفولته على **احترام والديه**، لا عن خوف بل عن حب وإيمان باحترامهم احتراماً تاماً•

١٠ – ينبغي مراقبة سلوك المراهق وإبعاده عن الأشخاص الهدامين المنضمين لهيئات ثورية • وكذا نبعده عن الكتب الهدامة ونقدم له الكتب الإيجابية ونضع أمامه المثل العليا من الأشخاص الذين بذلوا حياتهم على مذبح التضحية لخدمة الإنسانية ، فيصبح إيجابيا غير سلبي •

وأخيرا : ينبغي أن نشعر المراهق بأنه رجل مسئول • ويستبعد أسلوب القسوة أو الإهمال • ونرضى ميله الاجتماعي باحترام شخصيته وأرائه ، وعدم التهكم على أصدقائه وأهدافه • بل نكون قدوة جميلة له في كفاحه في الحياة •

(٤) « دور الأم •• لتوفير الصحة النفسية للأبناء »

إن دور الأم في التنشئة النفسية للأبناء موضوع مهم؛ لأنها صمام الأمان في الأسرة • فهي ربة الأسرة ، وهي المسئولة عن

عن رعاية ابنائها ، وفهم احتياجاتهم الجسمانية ، والعقلية والوجدانية والنفسية ، وهى القدوة ، والحضن الدافئ ، والحنان والأمان ٠٠

ولكن حينما تتخلي الأم عن كل ذلك ، ويكون دورها الأساسى أن تكون عصا التهديد الجوفاء عند كل مخالفة أو سلوك خاطئ من أبنائها ، فهى صورة مرفوضة من كل الوجوه ٠

إن الأمومة ليست كلمات تطلق فى الهواء للتسلية ،و إنما هى فن وعلم ووظيفة فى غاية الحساسية ، يمكن أن تبنى أو تهدم ، ويمكن أن تسعد أو تشقي ، ويمكن أن تؤدى إلى النجاح أو تقود إلى الفشل ، إنها ممارسة حياة يومية، تبدأ منذ أن يكون الطفل جنيناً فى رحم أمه ٠

وفيما يلى سوف أوضح دور الأم لتوفير الصحة النفسية للأبناء:

١) **الأمومة والحنان** : الحنان هو الذى يجعل الابن إنسانا سويا خاليا من الاضطرابات النفسية ، وتكون علاقاته الاجتماعية سوية ، وحياته مستقرة ٠

٢) تجنب الألفاظ الجارحة ، وغرس الثقة بنفسه ٠

٣) تجنب الخشونة ، والعنف والقسوة ، والضرب فى العقاب، لوقايته من العناد ، وعدم الطاعة ، والانحراف فى السلوك٠

٤) الاستعداد للتضحية من أجل الابن المراهق ؛ كى يتعلم القدوه الصالحة فى السلوك القائم على خدمة الآخرين ٠

٥) غرس القيم الروحية : الصلاة ، والتردد على الأماكن المقدسة ، والتثقيف الدينى من خلال قراءة الكتب الدينية لحمايته من الانحراف السلوكى ٠

٦) تكون الأم صديقة لأبنائها •• حافظة لأسرارهم ، كي تتمكن من مساعدتهم وإرشادهم إلي الطريق السليم في تصرفاتهم •

٧) تجنب الانفعالات والعصبية في تعاملها مع أبنائها ، بل تلجأ إلي الحوار والاقتناع بالهدوء والعطف والبعد عن التهديد •

٨) الأم الحكيمة : تخدم أولادها ، وتقدرهم ، فيخدمونها ويطيعونها •

٩) تعمل علي تثقيف ذاتها : لتتعامل مع زوجها وأبنائها الاطفال والمراهقين بعقلية ناضجة بعيدة عن العنف والتهور •

١٠) تتجنب التفرقة في المعاملة بين أبنائها ؛ لوقايتهم من الحقد والغيرة والكراهية ، والعنف ، وسوء معاملتهم لبعضهم •

١١) تحب أبناءها وتكون قدوة صالحة في التعامل معهم ، في السلوك ، والحديث ، الاحترام والتقدير لمشاعرهم •

١٢) تجنب المواقف التي تثير غضب الأبناء ؛ فالوقاية خير من العلاج أ

١٣) القدرة علي اكتشاف أعراض الامراض النفسية ، والجسمية ، والعقلية بصورة مبكرة ، واتخاذ اللازم نحو العلاج •• والوقاية •

١٤) تساعد علي أن يسود البيت الجو العائلي الهانئ كي تساعد علي نمو الابناء نموا طبيعيا سليما من جميع الوجوه جسميا ، وعقليا ، ونفسيا ، واجتماعيا •

وأخيرا : علي كل أم أن تراجع نفسها وموقفها كأم فى دورها فى حماية الأبناء الأطفال والمراهقين ، ورعايتهم ، وتكون دائما القدوة الحسنة فى سلوكها وحبها لزوجها ولأبنائها ، وتدرك أن مكسبها الحقيقى ، هو أولاد وبنات أحسنت تربيتهم ، وتسليحهم بالقيم الأخلاقيه والروحية ؛ الأمر الذى يساعدهم على عبور جسر الحيا ة فى يسر وأمان ، فيهنئون بطفولة سعيد ة، ومراهقة هادئة ، وشباب منتج ، وشيخوخة آمنة ٠

الفصـل التـاسـع :

▪ الأم ٠٠ وتأدية رسالتها نفسيا نحو أبنائها ▪

المقدمة :

(١) السبل التى تساعد الأم على تأدية رسالتها ▪

(٢) الأم بيدها مفاتيح البيت الهانئ ▪

(٣) الأم وحـاجـة الابن إلى الإحـسـاس بالأمن والثـقـة بالنفس▪

(٤) الأم وحاجة الابن إلى الثناء والتشجيع .

(٥) وسائل مساعدة الأم لاكتساب الطفل الثقة والشعور بالأمن ▪

(٦) الوسائل التى تساعد على إضعاف ثقة الطفل بنفسه ▪

وأخيراً ٠٠ مما سبق ▪

لكي يتوافر للفرد الصفات التي يتسم بها المواطن الصالح ، علي الأم أن تقوم بواجبها الطبيعي في رعاية أبنائها ؛ إذ إن العبء في ذلك يقع على الأم « صانعة جيل المستقبل ·

(١) السبل التي تساعد الام على تأدية رسالتها

١ - أن تقوم الأم بمهمة التربية

قيام الأم بمهمة تربية الأبناء ، ينطوي على التحذير الشديد من أن يوكل أمر طفلها إلى ما يسمى الدادا : تلك المرأة الأمية من جميع الوجوه ··أمية من حيث النشأة ، والمعرفة·· أمية في خبرتها بحكم نشأتها المتواضعة التي تغذت على الخزعبلات المتفشية بين أفراد هذه الطبقة فيسمع الطفل منها لغة لا ترضاها الأم ، ثم تسمعه وهو يردد هذه اللغة ، فتثور ثورتها حائرة مستفسرة، وما من مجيب·

ثم يسلك الطفل أثناء تناول الطعام سلوكًا يشمئز من يراه وتخجل منه الأم ·· وغير ذلك مما يصيب الطفل من حيث التربية والسلوك غير المرضي في جميع جوانب حياته ، والتي تعلمها وتشبع بها من الدادا القائمة برعايته ·

لذلك :

فعلى الأم أن تقوم بنفسها بمهمة التنشئة للطفل مهما كلفها ذلك من الجهد والطاقة والوقت ؛ كي تستطيع أن تخلق المواطن الصالح الذي يفخر به الوطن « وتسعد به الأسرة ·

٢ – أن يسود البيت الجو العائلى الهانئ :

البيت للطفل بمثابة الأرض للبذرة . فالأرض الطيبة تنمو فيها البذرة نموا طبيعياً سليما ، وتنتشر انتشارا يعطى أكبر إنتاج تستطيعه هذه البذرة .

كذلك : البيت الهانئ : هو المكان الذي ينمو فيه الطفل نموا طبيعيا سليما من جميع الوجوه جسميا وعقليا ، ونفسيا ، واجتماعيا وهو أيضا المكان ، الذى تتفتح فيه الاستعدادات الكامنة لدى الطفل فتنكشف له قدراته ، ويطمئن إلى نفسه وإلى من حوله .

وبعبارة موجزة :

البيت الهانئ هو البيت الذى يكسب الطفل ما يؤهله لمواجهة الحياة خارج البيت . وهو أيضا المدرسة الأولي للمران الاجتماعى .

فإذا خطا الطفل الخطوة التالية ، وخرج من البيت لينضم إلى المدرسة ، ويصبح عضوا فى أسرتها . أقبل عليها مرحبا ، لأن الجو العائلى فى البيت مهد له السبيل؛ لكى يقيم علاقاته بالغير على أساس من الطمأنينة والتعاون .

أما الأرض الضعيفة .. فإنها تسئ إلى البذور . وكذلك البيت المضطرب لا يصلح بأى حال لتنشئة الصغير ، مهما توافر المال والحياة وغير ذلك من وسائل التعويض المادى .

البيت المضطرب لا يخرج منه إلا إنسان مضطرب التفكير ، معتل الإحساس ، تعوزه سلامة النظرة إلى نفسه وإلى الغير . وأن يكون هذا الفرد سعيداً وليس مواطنا نافعا فقط .

وأخشي أن أقول إن عدداً كبيراً من الأسر فى بلادنا يعانى

كثيراً من هذا النوع من **التفكير المضطرب**، والشعور المعتل ، ومن ثم فهو فى حاجة إلى الدواء الذى يستطيع أن ينقله من هامش الحياة إلى صميمها ٠٠ ولن يتيسر لتلك الأسر هذا الانتقال إلا إذا عرفت الأم قدر نفسها فى هدوء ، واتزان وآمنت بما لديها من قدرة على خلق ما تريد إذا ارادت ٠

٢) الأم بيدها مفتاح البيت الهانئ :

ومنها ينتشر فيه الاطمئنان وإليها يرجع الفضل فى أن يكون البيت جنة ينعم فيها الزوج الذى وضع فيها كبير أمله ، والأطفال الذين من حقهم عليها أن تشعرهم بالأمن وتجنبهم الاضطراب ، فتكون بذلك قد هيأت الأسس النفسية السوية ٠

البيت المتمتع بجو عائلى هانئ :

* هو البيت الذى يمد أصحابه بالطمأنينة ، ودفء الشعور ، ويتيح لهم الحرية الفردية ، وينظمها التفكير التعاونى ، والرغبة فى رعاية حقوق الغير ٠

* هو البيت الذى تقوم فيه المعاملة على أساس من الزمالة والتقدير، وهو أيضا المكان الذى يجد فيه أصحابه الصدر الكريم الذى يجمع بين العطف والحزم، والقلب الكبير الذى فيه متسع للتسامح والعقل الراجح الذى يحسن التوجيه وأداء النصيحة ٠

* من هنا يمكن أن نهتدى إلى أن الجو العائلى الهانئ لايكلف مالا ، ولا يقتضى وجاهة المنظر ، وانما قوامة نوع من **الروابط الإنسانية** ٠٠بيد أن الأم الحكيمة توفر هذه الروابط، وهى:

– النوع الأول : الروابط الطيبة بين الزوجين :

تلك التى تقوم على تقدير كل منها لشخصية الآخر ·

وحياتنا تفيض بأمثلة متعددة، للتدليل على أنه لا مال ولاجمال المظهر الذى يخلق الجو العائلى الهانئ ·

– النوع الثانى: الرابطة بين الوالدين والأبناء :

رابطة التوجيه فى جو مشبع بالحب والزمالة ، والتقدير فيتبسط الوالدان إلى حد يشعر معه الصغير أنه ليس طفلا بمعني انه ضعيف لا يستطيع شيئا · فالواقع أن الطفل له شخصيته ، وكرامته، وله عالمه الخاص ، وهو لذلك يختلف عنا نحن الكبار ·

ولن تتوافر الطمأنينة للطفل أبدا إلا إذا شعر بقرب والديه منه وحبهما إياه ، وتوطدت علاقته بهما عن طريق المعاملة التى تقوم على أساس التقدير ، والتعاون ، لا عن طريق القوة ، والعنف ، والسلطان ·

والأم الحكيمة ، كثيراً ما تري نفسها صديقة وزميلة إلى جانب كونها أما ، وتقوم بدورها هذا فى شيء من الفخر والرضا معاً·

٣) الأم وحاجة الابن إلى الإحساس بالأمن والثقة بالنفس :

إن كل طفل سوى فى مراحل العمر المختلفة يسر ويبتهج بالثناء والتشجيع وبالشعور أنه مرغوب فيه ، وهو يزهو بقدرته على اكتساب مهارات جديدة وعلى استقلاله ، وعلى عمل أشياء دون مساعدة من جانب الكبار ·

لذا·· فإنه يحتاج إلى الحرية حتى يتمكن من اكتساب التجربة ، ولكنها يجب ان تكون حرية فى حدود النظام والطاعة ·

٤) الأم وحاجة الطفل إلى الثناء والتشجيع :

يبدأ الطفل فى سنواته الأولي فى تكرار الافعال التى يضحك منها الكبار ، مما ينمى معه الميل إلي جذب الانتباه واستدرار التشجيع، مع مرور السنين ، وهو يلجأ فى ذلك بكل وسيلة ممكنة لجذب الانتباه فهذه التصرفات كلها تعبر عن حاجة الطفل إلى الحب والثناء ، والتشجيع ، وهى حاجات طبيعية • ولا يجوز أن يخشي الآباء والأمهات إفساد طفلهم بالتشجيع والإطراء لمواهبه • بل لابد لهم من الثناء على ما يفعله ، وأنه يستمعوا باهتمام إلى ما يفعله أو يرويه من كلام •

فإذا لم يفعلوا ذلك ، شعر الطفل بخيبة أمل ، وكف عن الكلام•

٥) وسائل تساعد الأم على اكتساب الطفل الثقة بالنفس والشعور بالأمن :

١ - التشجيع ينمى قدرات الطفل فتزداد ثقته بنفسه •

- **يجد الطفل متعة عظيمة فى ممارسة الهوايات الجديدة •**

فعندما يتعلم الطفل ذو السبعة شهور الجلوس ، نجده يميل إلى الجلوس طول الوقت مادام مستيقظا • ويغضب إذا ألزمناه الاستلقاء• وبعد مدة يجد متعة فى الوقوف مستندا إلى الأثاث وفى جذب نفسه إلى وضع الوقوف •• وفى الحبو •• وفى السير ماداً يديه أمامه• وفى إطعام نفسه ، وفى ارتداء ملابسه ، وفى قضاء حاجته بنفسه وبعد ١٨ شهراً يجد متعة فى المشاركة فى الأعمال المنزلية، وفى أداء بعض الأعمال بيديه بعد أن يراقب أمه أثناء أدائها •

كل ذلك يحتاج إلى تشجيع ، وقد يحتاج إلى مساعدة الأم فى الأيام الأولي ، ولكن ما أن يغدو الطفل قادراً على القيام بها دون مساعدة ، فيكون من واجب الأم أن تتركه يفعل ما يستطيع

٢ – إتاحة الفرصة للطفل للاعتماد على نفسه يزيد من ثقته بنفسه :

عندما يقوم طفل ذو تسعة أشهر بإطعام نفسه بنفسه ، فإنه يحدث فوضي مخيفة ، ولكن عندما يبدى الرغبة فى ذلك (من ستة أشهر فصاعدا) فلابد من اتاحة الفرصة أمامه ، فالطفل الذى تتاح له الفرصة ، يشرع فى إطعام نفسه دون مساعدة قبل الأطفال الآخرين بزمن طويل ؛ إذ تحرص أمهات الآخرين على إطعامهم بأنفسهم لتجنب ما يحدثونه من فوضى .

ويجب تشجيع الطفل ابن العامين على خلع ملابسه بنفسه ، وعلى ارتداء جواربه وحذائه ، وسرواله أيضاً ٠ إن الامر يتطلب ضعف الوقت فى عملية ارتداء الطفل ذى العامين ونصف أو ثلاث أعوام ، فأمه تستطيع أن تتولى ذلك فى نصف الوقت ٠

ولكن إذا أتيحت له الفرصة ، تعود الاستقلال مثل أمثاله من الأطفال الذين لا تعطيهم أمهاتهم فرصة مماثلة ٠

وكذلك يتطلب إعداد المائدة أو طهو الطعام ضعف الوقت عندما يسمح الصغير بالمساعدة فيها ، ولكن هذه المساعدة تكسب الطفل إحساساً بالأهمية ،وتعلمه أن يستخدم يديه ، وتمنحه الثقة ، وتهيؤه للمهام الأكبر فى المستقبل ٠

فالطفل إذا لم تتح له الفرصة لممارسة هذه المهارات عندما تكون جديدة عليه سيفقد اهتمامه بها ، وستجد أنه لا يريد أن يتناول

طعامه بنفسه أو يرتدى ملابسه بنفسه ، أو يستقل فى شئونه . وبمعنى آخر ، سنرى أنه يرفض بذل الجهد .

٣ - تجنب الغضب لهفوات الطفل :

إن التشجيع يفعل المعجزات، فى حين لا يؤدى الغضب والضيق وتبثيط الهمة إلا إلى الإضرار بالطفل نفسياً .

فإذا حدث مثلا أن سقط أحد الفناجين من يد الطفل عند إعداده المائدة، يكون من الأفضل تجنب الغضب لهذه الهفوة ، لأن مثل هذا الغضب يؤدى إلى فقدانه الثقة بنفسه ، وقد تكون الحادثة قد وقعت رغماً عنه .

* فيكون من الخطأ أن تمنعه من المساعدة فى المستقبل .
* ويكون من الخطأ إذا بالغنا فى القلق ، وتصورنا أنه لن يتمكن من التحكم فيما يحاوله ،فسيؤدي ذلك إلى فقدانه الثقة بنفسه.
- كما أن النصح المستمر بالحذر والانتباه لا يجدى شيئاً، فالطفل يقوم بتجاهل هذه التحذيرات المستمرة .
* ومن الخطأ أن نحمل الطفل شديد الحساسية مسئولية لايكون قد تهيأ لها؛ إذ إن إخفاقه يؤدى إلى فقدانه الثقة بنفسه .

٤ - تشجيع الطفل على التفكير المستقل وعلي اتخاذ المبادرات:

يعتبر من الوسائل المهمة التى تساعد الطفل فى تعليمه الثقة بالنفس . والاعتماد عليها واكتساب الشعور بالأمن ، إذا تركت الأم للطفل أن يتصرف فى بعض الأمور، وتبقي على مسافة قريبة منه لكى تراقب إلى أى مدى يمكن أن يحل بعض المواقف الصعبة، التى يتعرض لها ، مثال ذلك :

إذا كانت لعبة موضوعة فى مكان عال ، فنجد الطفل يحاول الوصول إليها عن طريق إحضار كرسي ، والصعود فوقه للوصول إلى اللعبة التى يرغب فى الحصول عليها ، وبذلك يساعد الطفل على اكتساب ثقته بنفسه إذا نجح فى تصرفاته •

(٦) الوسائل التى تساعد على إضعاف ثقة الطفل بنفسه :

(١) الحماية المفرطة :

إذا لم تسمح الأم لطفلها بأن تنمو مداركه ، وأن يتعلم الاستقلال، فإنها تفرض عليه ما يسمى (بالحماية المفرطة) ، وهذه ترجع إلى رغبة الأم (على غير وعى منها فى الغالب) فى إبقاء الطفل معتمدا عليها اعتماداً كاملاً دائماً •

■ **مظاهر تصرفات الأم فى حمايتها المفرطة :**

– هى التى تطعمه ، وهى التى تلبسه ملابسه •

– هى التى تساعده فى قضاء حاجته وتنظيف جسمه •

على حين يكون الطفل السوى قد تعلم منذ أمد طويل كيف يقضى بنفسه فى هذه الجوانب كلها، وبذلك يبقى الطفل غير مستكمل النضج، غير قادر على الاندماج مع الأطفال الآخرين بسهولة مرتبطا « بمريلة أمه » ، ولكنه كثيراً ما يشعر بالغضب عليها لأنها لم تمنحه الاستقلال •

* **أشكال أخرى من مظاهر الحماية المفرطة :**

– قد لا تسمح الأم لطفلها بالخروج خوفا من أن تبتل قدماه ، أو خوفا من البرد أو من أن يلعب مع الأطفال الأشقياء ، أو من أن يكسب لهجتهم وأسلوبهم أو لئلا يجرح نفسه معهم •

– تمنع الأم طفلها من اللعب فى المنزل على هواه ، وتتدخل

باستمرار لمساعدته فى لعبه،وهى تشجعه على استخدام كلمات الأطفال الصغار ، بل تدلله كالصغار،عندما يكون قد أصبح فى مرحلة لا تسمح بذلك ٠

- وكثيرا ما نري أطفال فى السادسة أو السابعة **مازالوا يعتمدون** فى ارتداء ملابسهم على أمهاتهم ، لأنهم لم تتح لهم أبدا الفرصة لأداء ذلك بأنفسهم ٠

*** أسباب الحماية المفرطة :**

١ – تظهر الحماية المفرطة من الوالدين نحو الطفل ، وبخاصة عندما تكون الأم قد مرت **بحياة غير سعيدة** ٠ فتبذل جهدها لتحصل من طفلها على أكبر قدر ممكن من الحب ٠

٢ – تظهر الحماية المفرطة إذا كان **والد الطفل** قد مات ، فتعوض العذاب النفسى من فراقه بالحماية الزائدة للطفل ٠

٣ – إذا جاء الطفل بعد انتظار طويل ، أو بعد تكرار فقد أطفال ٠

٤ – إذا كان الطفل من جنس مطلوب ، وكان مولده بعد كثير من أطفال من الجنس الآخر ٠

◆ مضار الحماية المفرطة :

- اعتماد الطفل اعتمادا كليا على الأم ؛ الأمر الذى يؤدى إلى ضعف الثقة بنفسه ٠
- عدم القدرة على الاتصال بالغير اتصالا منتجا ٠
- ظهور التمرد على هؤلاء الأطفال المبالغ فى حمايتهم

بمجـرد أن يسـتطيـعـوا الإفـلات من البـيت ، ويكونون معرضين للحوادث أكثر من غيرهم •

- يفقد الطفل الاعتماد على نفسه ، وتكون لذلك آثار سيئة عليه فى المستقبل •

(٢) الإفراط فى النقد أو البحث عن اللاأخطاء:

* يكون لذلك أثره البالغ فى إضعاف ثقة الطفل فى نفسه •

- ويزيد الأمـر صـعـوبة إذا كـان هناك من الأقـارب من يعيشون فى البيت نفسه فيشاركون فى توبيخه وتأنيبه والسـخـرية منه، الأمـر الذى يؤدى إلى الإحسـاس بالاكتئاب، والاضطراب النفسى الذى يؤدى إلى أعراض نفسية وصحية متعددة•• وهناك كثير من الأطفال المضطربين نفسيا نتيجة التعنيف المستمر من الوالدين والمحيطين •

(٣) السخرية من أخطاء الطفل أو مخاوفه أو خجله :

- لا يجوز أبدا أن تسخر من أخطاء الطفل أو مخاوفه أو خجله •

- كما لا يجوز مناقشة عيوب الطفل أمامه ، ولاسيما فى وجود أشخاص غرباء ، إن مخاوف الطفل تعد فى نظره واقعية تماما ، ومن الخطأ أن تسخر منه •

- كما لا يجوز أن يقال شىء عن خجله أو عيوب نطقه أو تخلفه العقلى أو تصرفاته فى وجود الطفل •

- كما لا يجوز أن يقال إنه ضعيف أو مرهف التكوين •

فـقـد ثبت من البـحـوث أن لمثل هذه الملاحظات أثرها فى الطفل ، ولا يترتب عليها غير الضرر النفسى ·

(٤) إطلاق الكبار على الطفل أوصاف تفقده ثقته بنفسه

من الأسباب المهمة تفقد الطفل ثقته بنفسه بإطلاقه الكبار عليه من أوصاف . فكثيرا ما يصف الآباء والأمهات والأقارب أحد الأطفال بأنه مثلا ، الخايب فى استخدام يديه ، أو الطفل الشقي ، أو الطفل العنيد ·· فهذه الأوصاف تفقد الطفل ثقته بنفسه ، وتفقده الشعور بالأمن

وأخيرا : مما سبق :

مما سبق نري أن الثقة بالنفس والشعور بالأمن ، والاعتماد على النفس من أهم الأسس الحيوية لإشباع الحاجات النفسية للطفل فى مراحل العمر المختلفة ·

فإن إشباع حاجاته النفسية فى هذا الجانب يساعده على خلق شخصيات ناضجة مستقبلا ، قادرة على تحمل المسئولية ، وعدم الاعتماد على الآخرين ·

إن قوة الخلق ، والشخصية ، والشجاعة ، والعزم ، والأمانة ، والاتزان ، والثقة بالنفس ، والرغبة فى أن يكون الإنسان خيرا ·· إنها تنبعث كلها من شعوره فى طفولته بدفء الجو الذى يعيش فيه، ومن خبرته بأنه موضع الحب والثقة والاحترام ، وأن جهده يلقى من المساندة والتشجيع ثم الثناء والتقدير ما يستحق ·

وما أكثر ما يعرض للأسرة من فرص تنمية هذه الفضائل فى صغارها كل يوم ·

الفصـــل العاشـــر

« الأمومـة الصـالحـة ٠٠ وعـلاقتها بأبنـائها »

المقدمة

(١) الأمومة الصالحة ٠٠ وعلاقتها بأبنائها ٠

(٢) العوامل التى تؤثر على علاقة الأم بأبنائها ٠

(٣) الاتزان الوجدانى للأم وتأثيره على علاقتها بأبنائها٠

(٤) سيطرة الأم بالحب المتزن علي أبنائها ٠

(٥) موقف الأم الصالحة نحو أبنائها ٠

(٦) المشكلات التى تقابل الأبناء فى حاجـة إلى مـشورة صالحة ٠

(٧) طريقة تقديم المشورة والنصيحة فن عظيم ٠

(٨) الصعوبات التى تعترض تقديم النصيحة للأبناء ٠

(٩) الأم ٠٠ كاتمة أسرار أبنائها ٠

(١٠) أخطاء بعض الأمهات فى إفشاء بعض أسرار أبنائها٠

▪ الأمومة الصالحة ٠٠ وعلاقتها بأبنائها ▪

المقدمة

يهدف هذا الفصل إلى دراسة علاقة الأم الصالحة بأبنائها في الأسرة دراسة تحليلية ▪ وبيان أثر هذه العلاقة الإنسانية على نموهم النفسي ، وتكامل شخصياتهم وسلامتها ▪ لمساعدتهم على التكيف السليم للوسط الذى يعيشون فيه ٠

وعلاقة الطفل بأسرته وبأمه خاصة ستحدد إلى درجة كبيرة بالاشتراك مع ما يملكه من قدرات ، واستعدادات أى فرد سيكون فى مستقبل حياته ٠

ولكى نحقق للطفل، أى رجل المستقبل ، الحياة المستقرة المثمرة البعيدة عن الصراعات النفسية ، ينبغى أن نوفر له الحب ▪ والعطف الذى يشبع حاجاته إلى الشعور بالأمن والطمأنينة فى مراحل العمر المختلفة ، ويجنبه الخوف والقلق ، والشعور بالحرمان والتعاسة إذا لم تشبع هذه الحاجات٠

وفيما يلى سوف نوضح **دور الأم الصالحة ٠٠ وعلاقتها بأبنائها** لتوفر لهم المناخ الصحى، الذى يساعدهم على أن يشبوا رجالا ونساء سعداء فى علاقاتهم الأسرية والإجتماعية ، اكفاء فى عملهم٠٠ أصحاء نفسيا وجسميا فى مراحل االعمر المختلفة ٠٠ وبذلك يكونوا قادرين على لمقابلة الواقع ومتاعبه دون التعرض للخوف والقلق ، وضعف الثقة بالنفس ٠٠ ودون التوتر والتعاسة التى تؤثر تأثيرا سيئا علي صحتهم النفسية ٠

(١) الأمومة الصالحة ٠٠ وعلاقتها بأبنائها :

١) ضرورة فهم الأم للتغيرات فى النمو فى مراحل العمر المختلفة :

ينبغى أن تبدأ الأم بفهم التغيرات النفسية والجسمية التى تحدث فى الكيان الجسمى والنفسى والعقلى والاجتماعى لابنها أو ابنتها فى مراحل العمر المختلفة ، ولاسيما فى مرحلة المراهقة ، حتي يتسني لها أن تنجح فى التعامل معهما ، وحتي تتلافي الأخطاء التربوية التى يمكن أن تقع فيها؛ نتيجة جهلها بتلك الحقائق المختلفة والجديدة التى تظهر فى كل مرحلة من مراحل النمو .

ونظرا لوجود الفروق الفردية بين الأبناء ، فعلى الأم أن تعكف على استيضاح وتفهم دراسة حالة كل ابن وابنة دراسة فردية ، وهذا يتأتي بالطريق الحدسى الوجدانى الذى يساعدها على توفير أكبر قسط من السعادة والصحة النفسية للأبناء فى حياتهم الحاضرة والمستقبلة .

٢) أهداف الأم الصالحة فى علاقتها بأبنائها :

الواجب على الأم التى تريد أن تكون أما صالحة لأبنائها أن :

١ - تفهم طبيعة كل مرحلة من مراحل النمو ، وأن تضيف إلى هذا الفهم موقفا واقعيا ، وفلسفة تربوية لا غني عنها .

٢ - أن تضع نصب أعينها أنها لا تربى أبناءها للاحتفاظ بهم فى حضنها أو لكى يظلوا تابعين لها وخاضعين لإرادتها.

٣ - يجب أن تربيهم لأنفسهم وأن تستهدى بطبيعتهم ، وأن تأخذ فى اعتبارها الخصائص التى تأخذ فى الظهور والتبلور من مرحلة إلى أخري ومن سن إلى آخر.

٤ – يجب على الأم أن تفهم جيدا أنها تربى أبناءها كى **تساعدهم على النمو** ، ولكى يبلوروا شخصياتهم ، ويسلكوا فى طريقهم فى الحياة وفق ما لديهم من استعدادات وميول شخصية ٠

٥ – يجب أن تضع فى أعتبارها **أن النمو معناه الزيادة فى الاستقلال** ، والنقص فى الاعتماد على الكبير وبخاصة الأم ٠

٦ – يجب على الأم أن تدرك أن **المراهق أو المراهقة** هى (إحدى مراحل النمو للأبناء) ، يميل إلى **إبراز ما يتمتع به قوة جديدة** دبت فى أوصالهما ، وأنه يعتقد أنه صار كبيرا يستطيع الاستقلال والاعتماد على النفس فى تسيير شئونه الخاصة ٠

ولاداعي للاعتماد على مشورتها فى كل صغيرة وكبيرة ، ويبدأ في الإحساس بأن الخضوع والتبعية فى الطفولة ليس لها ما يبررهما الآن ٠٠ وأحيانا يعمد إلى التدخل فى شئون الأسرة وفى سلطات الأم التى دأبت على التمتع بها ، لاعتقاده بأنه سيكون أفضل مما تفعله الأم ٠

– على الأم الصالحة التى **تفهم الخواص المختلفة فى مراحل العمر المختلفة – وسيما فى مرحلة المراهقة** – أن تعدل من سلوكها ، وتخفف من سلطانها ، وأن تستطيع أن توائم بين سلطتها وبين القدرات والقوي الجديدة التى بدأت فى البزوغ فى سماء حياة الابن أو الابنة ، وبذلك تستطيع أن تجعل كل فترة من حياة الأبناء تمر بسلام وهدوء ٠

(٣) طبيعة حب الأم لأبنائها :

ينبغى على الأم أن تغير طبيعة حبها لأبنائها حسب المرحلة العمرية لهم • فيجب أن تقدم الصيغة الوجدانية المناسبة لمطالب مرحلة النمو التى يمر بها أبنائها •• فقى مرحلة الطفولة تستعين الأم فى إبداء الحب والحنان والعطف لهم ، أما فى مرحلة المراهقة نجد أن المراهقين ينفرون من التدليل والحب الشديدين اللذين كانت الأم تستعين بهما فى مرحلة الطفولة •• وأنهم فى حاجة إلى لون جديد من العطف • إنه لون يبدو فى التصرفات ، وفى لغة الحديث أكثر من أساليب الحنان الزائد •• التى يحبها الأطفال وينفر منها المراهقين •

(٢) العوامل التى تؤثر علي علاقة الأم بأبنائها :

١ – تكرار النزاع بين الأخوة المراهقين أو الأطفال • ولايكون فى وسعها أن تتدخل لتهدئ الموقف ، ولكن بغير جدوى أن تصل إلى تسوية دائمة بينهما •

٢ – **اختيار ابنتها** إحدي مدرساتها تجعل منها معبودة لها وتحتفظ بصورتها فى حضنها ليلا ، فتشعر الأم بالضيق والغيرة لتجاهل ابنتها حب الأم المضحية بكل شيء لراحة ابنتها •

ولكن الأم النابهة هى التى تفهم التغيرات الانفعالية فى مراحل العمر المختلفة ولاسيما مرحلة المراهقة ، وأن هذه الظواهر السلوكية عامة ، وليست قاصرة على إبنتها وحدها ، فإن تفهمها لخصائص هذه المرحلة يؤدى إلى سعادتها بأبنائها وبناتها وتقبلها هذه الخصائص بارتياح، بغير أن تتهمهم بالأنانية أو العقوق • وبغير أن تصطدم وجدانيا أو فكريا أو اجتماعيا فى نطاق الأسرة معهم •

٣ – **ميل الابن** أو الابنة ، فى مرحلة المراهقة إلى صديق من

نفس الجنس يشركه فى أسراره، وعندما تلاحظ الأم أن الابن أو الابنة لم تعد صريحة معها كما كانت من قبل، وهى طفلة غالبا ما تدب الغيرة فى قلب الأم عندما تري هذا التعلق ••

وكثيرا ما تتوجس خوفاً من الصداقة الشديدة التى تربط ابنها بابن الجيران أو بأحد المراهقين بالمدرسة ، أو تعلق ابنتها المراهقة بصديقة أخري أو قريبة لها فى نفس السن •

٤ – ظهور الاضطرابات السلوكية بين الأبناء : كالعناد ، والكذب ، السرقة ، والهروب ، والتخريب ؛ الأمر الذى يؤدى إلى اتجاه الأم إلى سوء معاملتهم كعقاب لهذه السلوكيات التى تزداد فى حدوثها •• ويكون أسلوب الأم فى العقاب دون جدوى •• بل ربما يؤدى إلى زيادة هذه السلوكيات المضطربة •

لذلك •• فعلي الأم أن تكون صبورة ، بعيدة عن العنف أو الضرب والقسوة علي الأبناء ، وأن تعمل علي أن تسود الأسرة روح التعاون والود والتسامح•

فكلما شعر الطفل بالاستقرار والهدوء النفسى ، وكلما وجه نشاطه وطاقته وحيويته وجهة اجتماعية ، ساعده ذلك على تعلم أساليب الأخذ والعطاء وجعله ينمو نفسيا ، ويكف عن أساليب الطفولة التى تتميز بالغضب والعناد والتشاجر ، والتخريب أحيانا •

٥ – ظهور الاضطرابات النفسية بين الأبناء : كالغيرة ، والخوف ، والخجل ، والقلق النفسى ، والاكتئاب النفسى ، والعيوب الكلامية • ومص الأصابع وقرضها •

وترجع أسباب ظهور هذه الأعراض على الأبناء إلى عدم إلمام الأمهات والآباء بكيفية توفير الصحة النفسية للأبناء ، وعدم صبرهم على تناول مواقفها المختلفة بالأناء والحكمة ، ثم الأنانية٠٠ نعم أنانية الوالدين اللذين يتجاهلان شخصية ابنهما في محاولة صياغته قسراً لنموذج أو خيال معين، قد يحقق لديهما أملاً أو طموحاً.

لذلك :

فعلى الأم :

١ – استبعاد العوامل التي تولد توتر الجو العائلي ٠

٢ – تجنب وسائل القمع : مثل العقوبة ، والتوبيخ ، وعلى الأخص أمام الغرباء إذا أخطأ في السلوك ٠

٣ – على الأم أن تشغل ابنها بأنواع النشاط ، واللعب المحببة وتتيح له اللعب الحر مع الصغار من نفس السن ٠٠ فإن هذا اللعب الحر تنفيس عن ما يشعر به من ضيق من عالم الواقع ممثلا في أوامر البالغين ونواهيهم ٠

٤ – إزالة الأسباب النفسية التي تكمن وراء عصبية الطفل بإزالة الخوف والقلق ، والخجل ، والاكتئاب ٠٠ وبذلك يتهيأ له الجو المناسب لإشباع الحاجات الأساسية للابن، مثل :

الحاجة إلى الأمن والحاجة الي العطف ، وإلى الحرية حتى تتوافر الثقة بينه وبين من حوله ٠

وأخيرا : كلما كان العلاج يتناول إزالة الاسباب النفسية لهذه الأعراض،كان التخلص من هذا الاضطرابات النفسية أقرب وأيسر٠

(٣) الاتزان الوجدانى للأم وتأثيره على علاقتها بالأبناء :

(١) ما المقصود بالاتزان الوجدانى ؟

هو الهدوء النفسى ، وعدم التهور بالهياج أو الثورة لأسباب لاتستدعى الهياج أو الثورة ، والاتزان الانفعالى ينسب أيضاً إلى الناحية الجنسية ، وينعكس هذا الاتزان على السلوك الخارجى فى التعامل مع أفراد الأسرة والمجتمع ،فالأم القانعة بزوجها جنسيًا تكون متمتعة بالاتزان الوجدانى .

(٢) ما تأثير الاتزان الوجدانى على الأسرة؟

ينعكس الاتزان الانفعالى على سلوك الأبناء والبنات، وبخاصة فى مرحلة المراهقة ، فالأسرة كيان عضوى يتأثر بعضه ببعض. وتتناغم أعضاؤه بعضها مع بعض ،فالأولاد والبنات قادرون على الوقوف على نوعية العلاقة بين الأب والأم ، وهم يدركون بحسهم الفطرى ما تكن الأم للأب من عواطف . ولاشك أن التصاق الأبناء بأمهم خلال طفولتهم حتي طور المراهقة يمكنهم من الوقوف على حقيقة العلاقات الأسرية، مهما أحيطت بزخرفة خارجية يراد بها التمويه وإخفاء الحقائق عن أولئك الواقعين خارج نطاق الأسرة .

(٣) تأثير نقص الاتزان الوجدانى للأم :

١ – عدم تقدير الأب للأم نفسيا وعدم احترامها .

٢ – **كثرة الشجار** بين الأم والأب ، وبين الأم والأبناء .

٣ – **عدم طاعة الأبناء** للأم العصبية لإحساسهم بالرغبة فى الإستقلال وعدم الخضوع للطغيان ولاسيما فى مرحلة المراهقة ، لذا نجد المراهق قد بدأ يبدى الامتعاض من معاملتها المتوترة له ، ونجد المراهقة بدأت تعصى أوامرها ، وتتحدى رغباتها فتزداد عصبية الأم .

٤ – حيرة الأب بين عصبية الأم وسلوك الأبناء ، وتحيزه أحيانا لجانب أبنائه ولإحساسه بخطأ موقفها فى بعض الأحيان ٠٠ وأحيان أخرى لابد له أن يدافع عن سلوك الأم وتصرفاتها ٠ ولابد أن يؤكد صدق موقفها وخطأ موقفهم ، ويؤكد أنها معذورة فيما لجأت اليه من وسائل خشنة مفعمة بالعصبية ؛ لأن سلوكهم لابد يؤدى إلى ذلك مع أى إنسان غير الأم ٠

٥ – فقد ثقة الأبناء فى الأم العصبية :

يؤدى ذلك إلى عدم عرض مشكلاتهم أو أسرارهم عليها٠

فالأم العصبية لا يمكن أن تؤتمن على أسرار لأنها فى ثورة غضبها قد تفشى ، ما قيل لها ٠ كما أن الأم العصبية لا يمكن أن تكون جديرة بأن تعرض عليها مشكلات للقيام بحلها ، لأن حل المشكلات يحتاج إلى طول أناة وصبر ، وقدر من الإنصات ، وتقبل الوقائع المسموعة بموقف يتسم بالموضوعية والهدوء والتزام التقدير لكل موقف ، وتقديم العلاج والمشورة بهدوء وحنو واتزان وجدانى ٠

٦ – انعكاس عصبية الأم على شخصيات أبنائها وبناتها :

التعلق المتبادل بين الأم والأبناء يجعل لاحتدام الغضب والهياج تأثير ردئ للغاية فى حياة الأبناء ، بحيث تبدأ أثار تلك الحالة فى المراهقة والشباب فى الظهور ٠

لذلك :

أ – نجد أن نسبة الانحرافات النفسية الناجمة عن عصبية الأم تظهر فى الغالب فى المراهقة والشباب ، ولا تكاد تظهر فى الطفولة؛ وذلك أن تلك العصبية ، والتوترات المستمرة تتراكم ،

وتتفاعل آثارها بعضها مع بعض خلال الطفولة لكى تثمر ثمارها الرديئة فى المراهقة وليس قبلها ٠

ب – السلبية وعدم الثقة بالنفس، وبالآخرين :

تظهر على أبناء وبنات الأم العصبية سمات الانهزامية والسلبية التى تظهر على محياهم الدالة علي عدم الثقة بالنفس ، وعدم الثقة بالآخرين ٠ يضاف إلى ذلك مظاهر القلق والمخاوف المجهولة ، وترقب المفاجآت المخيفة ، والتوجس من المستقبل ٠

على العكس نجد أن **الأم المتصفة بالاتزان الوجدانى** ، تجعل أبناءها ينشأون على الثقة بالنفس ، والتفتح للحياة ، والابتسام لها والإحساس بالطمأنينة تجاه حاضرهم ومستقبلهم ٠ بل نجد أن الأبناء المراهقين يثقون بالآخرين ويتمنون النجاح للجميع ، ويسود الاستقرار الوجدانى بحياتهم وحياة من يحيطون بهم ٠

(٤) سيطرة الأم بالحب المتزن على أبنائها :

إن الحب يمثل قوة كبيرة فى أيدى المحبين والمحبوبين لايمكن الاستهانة بها ٠٠ ولقد وقف الناس على هذه الحقيقة منذ القدم ٠٠ فبالحب تستطيع الأم السيطرة على أبنائها والتأثير على تصرفاتهم وأفكارهم واتجاهاتهم وميولهم إلى الطريق السوى ٠

فبالحب تستطيع الأم أن تخضع ابنها لإرادتها وتجعل منه خامة طيعة ، تستطيع أن تشكلها بالطريقة التى ترغب فيها ، ولعل الأم التى تعرف كيف تستفيد من قوة الحب تكون أقوي بكثير من الأم العصبية التى تفقد بعصبيتها حب أبنائها ٠٠ فالأمومة الصادقة ليست موزعة على جميع الأمهات بالتساوى، وذلك أن الأمومة

شأنها شأن أى وظيفة اجتماعية أخري بحاجة إلى قدر من الفطرة والاستعدادات الشخصية، وقدر آخر من الصقل والاكتساب والتربية.

الحب الأموى سلاح ذو حدين :

الحب الأموى يمكن أن يستخدم كفائدة للأبناء والبنات ، كما قد يستخدم لتوقيع الضرر عليهم ، والخروج بهم عن الطريق الصحيح .

لذلك .. ينبغى تحديد المفاهيم الدقيقة للأمهات ، وأن يبدأ تدريبهم مع بداية كل مرحلة عمرية يصل إليها أبناؤهم ، حتى تكون العاطفة التى تقدمها الأم إلى أبنائها عاطفة سليمة غير معوجه ولا غير مناسبة للعمر .

■ الأخطاء التربوية للأمهات فى استخدام الحب نحو الأبناء :

يستخدم كثير من الأمهات الحب استخداما سيئا تجاه الأبناء والبنات ، ويرجع ذلك إلي جهلهم بالوظيفة الاجتماعية للحب ، أو يرجع إلى عوامل نفسية دقيقة فى إعداد شخصية الأم للأمومة منذ الصغر .

وفيما يلى نوجز الأخطاء التربوية فى استخدام الحب نحو الأبناء :

١) المبالغة فى إبداء الحب نحو الأبناء :

إن المبالغة فى التعبير عن الحب تجعل الحب مرضاً ، وبحاجة إلى تقويم وقد فسّر التحليل النفسى المبالغة فى إبداء العاطفة والتعبير عنها باتهام الأم بعدم حب أبنائها لاشعوريا – وأن ما تشعر به من حب لا يعدو أن يكون تغطية لا شعورية لاتدركها لكراهيتها لهؤلاء

الأبناء لأسباب تخشي إعلانها على الملأ (مثل كراهيتها للأب) ٠

٢) التقلب بين الحب والكراهية

إن تقلب الأم فى إظهار عواطفها نحو أبنائها بين الحب والكراهية ، يؤثر تأثيرا خطيرا على شخصية الأبناء فيترك آثارا متصارعة فى نفسية الأبناء والبنات ٠٠إنه يصير الابن مشدودا مرة إلى ناحية الحب ، ومشدوداً مرة أخري إلى جانب الكراهية ٠ وخطورة هذا الموقف المتذبذب يتبلور فى شخصية الابن بعدم الثقة فى عواطف الآخرين تجاهه٠إن ما يحس به قبالة الأم ينسحب أيضا على جميع علاقاته الاجتماعية بالآخرين٠٠فهو ينجذب اليهم بقلبه فى لحظه ويبتعد عنهم وجدانيا ، بل ويكرههم فى لحظه تالية٠

وإذا ما اشتدت تلك الحال بالابن ، فإنه يكون معرضا إذاً للإصابة ببعض الأمراض النفسية أو العقلية ، التى تلازمه فى علاقاته الاجتماعية فى حاضره ومستقبله ٠

٣) امتناع الأم عن التعبير بالحب لأبنائها :

هذا الأسلوب االسلوكى الذى تتبعه قليل من الأمهات يكون مشفوعاً بلامبالاة غالبا ، فهى لا تكاد تحس بوجودهم حولها ، والأم من هذا النوع تكون مصابة بالأرجح ببلادة الشعور ، وهى إحدى حالات المرض النفسى المعروفة٠

٤) استخدام الحب الأموى وسيلة للضغط على أبنائها بالمطالب الكثيرة :

مما يجعلهم لا يستطيعون النهوض بها على الإطلاق أو لايستطيعون النهوض بها على خير وجه ٠٠ فيصابون بالإرهاق

من أعباء لا مثيل لهم بها ؛ الأمر الذى يؤدى فى النهاية إلى حقدهم عليها بدلا من مبادلتها نفسها العاطفة ·

٥) استخدام الحب الأموى كذريعة للتدخل فى كل صغيرة وكبيرة فى حياة أبنائها :

تعمد هؤلاء الأمهات إلي مصادرة كل حرية يمكن أن تتسني للابن أو الابنة ، وبذلك لا تسمح الأم من هذا النوع لأبنائها بأن يكبروا ، بل تحكم عليهم بالبقاء فى نطاق الطفولة ، التي لا تفكر أو تتصرف إلا بإذن مسبق ·· والأم من هذه الفئة لا تسمح لأبنائها وبناتها أن يشبوا عن الطفولة مهما امتدت بهم الأعمار ·

وكثير من هؤلاء الأمهات لا يسمحن لأبنائهن وبناتهن بالزواج على الإطلاق، وإن سمحن لهن فإنهن يذقن زوجات الأبناء أو أزواج البنات كل ألوان العذاب ، فيصبحوا فى صراع دائم يؤدى فى بعض الأحيان إلى الإصابة بالاضطرابات النفسية أو الانفصال·

٦) استخدام الأم الحب بالتباهى والافتخار بابنها أو بنتها :

وذلك أمام كل من تصادفه ، وقد يكون المدح أمامه أو فى غيابه ، ووصفه بالشجاعة والذكاء ، والطاعة ، وسرعة البديهة ·· وتبالغ في هذا المدح كأن الله لم يخلق ابنا فى مثل صفاته سواء كان ابنا أو بنتا ·· ومما لاشك فيه أن هذا النوع من المدح يجعل منهم شخصيات مغرورة لا تحسب حسابا للآخرين · وكذلك يعتقدون بأنهم وصلوا إلى كل شيء ، ولا حاجة بهم إلى الاجتهاد فى الحياة أو السعى للتقدم أو لاكتساب خبرات جديدة ، وينجم عن هذا الإحساس من جانب الأبناء المخدوعين تجمد شعورهم

وشخصياتهم وتوقفها عن متابعة مسيرة النمو ، والتقوقع فى قمقم ضيق ·· الأمر الذى يؤدى فى النهاية إلى أن يبدى أقرانهم لهم حقداً واحتقاراً ·

٧) تلجأ الأم المنحرفة بعواطفها إلى إعطاء الابن المراهق السيطرة على تقاليد الأسرة :

تميل الأم بحبها إلى رفع ابنها الصغير المراهق إلى موقع ضخم بحيث تجعله محل الأب ، وتجعله له الكلمة العليا فى الأسرة ·· فمثل هذه الحالات تكون مشفوعة فى الغالب برغبة فى الانتقام قديمة تعتمل لدى الأم نحو الأب ·· فتصبر الأم حتى يكبر أبنها الصغير ، وينخرط فى سلك الرجال ، فتأخذ فى إزالة وجود الأب معنويا من البيت بتعميم شخصية الابن، والانتصار على الأب، وقد تلجأ إلى الدسائس بين الابن وأبيه حتى تسنح لها الفرصة للاطاحة بالأب وتتويج الابن معنويا مكانه ·

٨) اتجاه الأم بعواطفها الى تحقيق كل رغبة للابن أو الابنة:

وذلك بخضوعها لطغيان الرغبات الجامحة المتدفقة والمستمرة فى التزايد لدى كل من الابن والابنة ، وبذلك يفسد الابن أخلاقيا ، ولا يطيق أحد عشرته فالأنانية تملأه ، ولا يمكن ترويضه بعد فوات الأوان ·

٩) اتجاه الأم إلى محاربة كل رغبة تظهر لدى الأبناء:

أحيانا يأخذ حب الأم نهجا آخر مضادا لما سبق·· لقد ينحرف حب الأم من التهاون ومن الخضوع للرغبات إلى محاربة كل رغبة تظهر لدي ابنها ، وهذا نوع من الأمهات تستولي عليه

غالبا مخاوف من أن الابن أو البنت معرضان للفساد ، ويجب أخذهم بكلام يحزم وشدة . وهذا يحدو بهن إلى أن يتشبثن بمثل عليا تربوية غير واقعية .

١٠) تظهر الأم الاعجاب من اعوجاج فى سلوك ابنها أو ابنتها :

يظهر نوع من الأمهات الإعجاب بالمشاغبات التى ينخرط فيها ابنها، وتجعل منها بطولات لا يقدرعلى عملها سواه .. وهى تجعل الوسائل التى يلجأ إليها للغش فى الامتحان براعة فى التفكير والتخطيط ، وتجعل من الوسائل التى يتذرع بها الابن لمعاكسة بنات الجيران رشاقة وخفة ظل ورجولة متدفقة لا تحتاج إلى برهان.

والاتجاه نفسه يمكن أن يكون سلوك الأم مع ابنتها ، أى الإعجاب بسخافات ابنتها .

(٥) موقف الأم الصالحة نحو أبنائها :

أ – ينبغى أن يكون موقفها متفهماً ، متبصراً بواقع العلاقة الوجدانية بين الأم وأبنائها ، فلا تستخدم تلك العاطفة إلا لصالح أبنائها ، ولا تحاول أن تنحاز فى نظرتها إلى نفسها ولا تجعل من حبها وسيلة لإيذاء الأب أو النيل من مكانته فى الأسرة ، ولا تتعامل مع الأبناء بالشدة ،كما كان الحال وقت أن كانوا أطفالا صغارا.

ب – تقدم الأم الصالحة المشورة الصالحة لأبنائها :

فالأم الحكيمة التى تستطيع أن تقدم المشورة الصالحة لأبنائها وبناتها هى أم حكيمة ،تستطيع أن تخرج من بين يديها شخصيات

ناجحة ، متبصرة فى الحياة • وعلى العكس من ذلك فإن الأم العاجزة عن تقديم المشورة الصالحة أو التى تقدم مشورة فاسدة هى أم تخرج من بين يديها شخصيات حمقاء ، فاشلة فى الحياة لاتستطيع أن تتقدم خطوة نحو المستقبل بتوفيق ونجاح •

(٦) المشكلات التى تقابل الأبناء وفى حاجة إلى مشورة صالحة :

١ – مشكلات نفسية •

٢ – مشكلات اجتماعية تتعلق بأفراد الأسرة

٣ – مشكلات اجتماعية تتعلق بالمدرسة والمدرسين والطلاب•

٤ – مشكلات اجتماعية تتعلق بالمجتمع الخارجى ككل •

٥ – مشكلات تتعلق بالدراسة والاستذكار •

٦ – مشكلات تتعلق بالتوافق مع المجتمع والوقوف على شئونه المتباينة واتخاذ موقف محدد منها •

٧ – مشكلات عقائدية وفكرية تتعلق بالدين وبالقضايا العامة الاساسية ، وغير ذلك من قضايا تنطلق من الأبناء ، واتخاذ موقف إزائها •

وكى تستطيع الأم تقديم المشورة الصالحة للابن والابنة، يجب إزاء كل تلك الأصناف من المشكلات وغيرها مما يطرأ على حياة الأبناء ولاسيما المراهقين : لابد أن تكون الأم متزنة وجدانيا من جهة ، ومستنيرة بوجه عام من جهة ثانية ، ومعتدلة التفكير والمزاج من جهة ثالثة •• وصادقة الحس من جهة رابعة ، وقادرة

على نيل ثقة أبنائها من جهة خامسة ، وتكون لها القدرة على الافادة من الخبرات التى تمر بها ، ومن الخبرات التى تمر فى حياة الآخرين ، والقدرة على انتقاء المناسب لكل حالة ، ولكل موقف ، لكى تتمكن من تقديم المشورة الصالحة الي أبنائها وبناتها •

(٧) طريقة تقديم المشورة والنصيحة فن عظيم :

أ – يجب تدريب الأم على الهدوء، والإيضاح، وعدم فرض الرأى بشدة ، وتقديم المشورة بطريقة موضوعية وغير حماسية ، فذلك يساعد على تقبل الرأى بغير مقاومة من جانب الابن أو الابنة • فالتزام الهدوء فى تقديم النصيحة كفيل بسريان مفعولها فى نفسية الأبناء وعدم إبداء المقاومة فى ذلك •

ب – على الأم أيضاً أن تحسن استخدام صوتها فى تقديم النصيحة والرأى ، والواقع أن نبرات الصوت لا تقل أهمية عن مضمون النصيحة نفسها ، فعليها أن تتخير طبقة الصوت المناسبة ، وأن تضغط على الكلمات التى يجب الضغط عليها والبطء عند الفقرات التى يجب الإبطاء فيها • وقد أشار علماء النفس إلى أن الصوت يعتبر من أهم العوامل التى تجعل للكلام قوة وتأثيرا مما يحمل المستمع على الطاعة •

جـ – على الأم أن تتذرع بالعاطفة وتفعم بها كلامها، وذلك عند تقديم المشورة لأبنائها ،وألا تفقد الصلة الوجدانية بينها وبينهم ، وأن تجعل من نفسها مثلا أعلى يأسر قلوب أبنائها، وأن تستخدم فى مشورتها كل الأساليب النفسية التى تؤثر إيجابيا فى تحريك شخصيات أبنائها فى الاتجاه السليم •

(٨) الصعوبات التى تعترض تقديم النصيحة للأبناء :

الصعوبات التى تعترض طريق المشورة الصالحة للأبناء التى يجب على الأم التغلب عليها:

١) **عدم اختيار الأم للوقت المناسب** لتقديم النصيحة أو الرأى، فليس بكافٍ أن تعمد الأم الي تصحيح مسار أبنائها بالكلام، بغير أن يكون أولئك الأبناء مهيئين نفسيا لتقبل التوجيهات ، ولا تأتى التهيئة النفسية إلا إذا كانت هناك خلفية من الثقة والحب من جانب الأبناء للأم •

فإذا كانت الأم حائزة على ثقة أبنائها ، فإنها تستطيع أن تستغل تلك الثقة، وأن تتلقف الوقت الذى يكونون فيه على استعداد لتقبل المشورة والنصيحة ، فتأخذ فى تقديم توجيهاتها ، وما تريد حمل أبنائها على اتباعه من سلوك •

٢) **اعتقاد الأم الخاطئ بأن تقديم المشورة معناه سلب الابن من استقلاله** ، ومن كل موقف إيجابى •• أن تقبل الابن المشورة لايعنى الطاعة العمياء•• إيجابية الابن خلال أخذ المشورة قد يعنى أيضاً الأخذ بجانب من المشورة دون الجوانب•

وقد يرفض الأبناء المشورة وقت الاستماع إليها ، ولكنهم لايفتأون يأخذون بها بعد حين ؛ لذلك : يجب على الأم أن تفهم أن رفض الابن المشورة أو النصيحة لا يعنى باستمرار أنه رفض قاطع لا رجعة فيه • بل قد يكون رفضاً شكلياً ، بينما هو فى حقيقته قبول للرأى أو المشورة • وتظهر ثمار ما قيل لهم بعد حين قد يقصر أو يطول • وتستطيع الأم بحصافتها أن تدرك فى عين ابنها أو

ابنتها ذلك التقبل للمشورة ، التى قدمتها إليهما برغم تظاهرهما بعدم قبولها ٠

٣) عدم توفير الفرصة للابن للتعبير عن خلجاته ومشكلاته:

وفى هذه الحالة تقدم النصائح والتوجيهات قبل أن تقف على الحقيقة كاملة ٠ ومعني هذا بالتالى أنها تقدم الدواء لداء غير الداء ٠ ومعناه أيضا أنها تتعصب لبعض الاتجاهات ولبعض ألوان السلوك التى قد لا تناسب الاتجاهات والسلوك الواجب على الابن الأخذ بها واتباعها ٠

(٩) الأم كاتمة أسرار أبنائها :

إن ثقة الابن فى أمه تعتبر ركنا أساسيا وجوهريا فى علاقتها به ، إذ إن تلك الثقة تسمح بأن يقرب المسافة بينه وبينها ، ويفصح لها عما يدور بخلده ،ولا يكتم عنها ما يعتقد أنه ضمن أسراره التى ينبغى ألا تكشف لسواها حتي للأب والإخوة والأخوات بالبيت ٠٠ لذلك :

ينبغى على الأم اتباع ما يأتى كى تكسب هذه الثقة ككاتمة أسرار أبنائها :

١) على الأم أن تضع فى اعتبارها أن سرية السر مسألة نسبية وليست مسألة عامة تخضع لمعيار موضوعى عام ، يشترك فيه جميع الناس ، فما قد يعتبر سراً بالنسبة للابن قد لايعتبر سرا بالنسبة له بعد أن يترك طور المراهقة وينخرط فى طور الشباب ٠ ومعني هذا ألاتعمد الأم إلى تحديد ما هو سر وما ليس سر، مما يقال

لها من الابن فى ضوء معاييرها الخاصة بها ؛ بل يجب أن تحدد ذلك فى ضوء معاييرأبنائها وبناتها أنفسهم .

٢) **على الأم الصالحة أن تحافظ على أسرار أبنائها وتقدسها**، وتتعهد أمام الله وأمام ضميرها بألا تفض بما أسر لها أبناؤها خفية حتى للأب ؛ حماية لأمومتها وحماية لمشاعر أبنائها .

فالابن إذا أحس بأن الأم تعلن ما أودعه لديها من أسرار شخصية ، فإنه لن يعود إلي بثها أى أسرار جديدة مما يري ضرورة إخفائه عن الناس .. وبذلك تكون الأم قد فقدت ركناً مهماً وأساسيا فى وظيفتها التربوية . وبل تكون قد سدت أمام أبنائها منفذاً مهماً كان يجب أن يظل مفتوحًا ، ومكاناً يدعون فيه أسرارهم بغير أن يخافوا من انتشارها وإعلانها على الملأ .

٣) **على الأم أن توفر الفرصة والمكان والزمان** للتعبير عما يدور بخلد ابنها، بأن تخصص بعض الفرص لكل واحد من أبنائها على حدة بغير تكلف لكى تقضى الوقت الكافى معه على انفراد : كأن تصحبه إلى مكان بعيد عن البيت تجلس إليه فيه ، وتكون قد وضعت نصب أعينها إعطاءه الفرصة الكافية للتعبير عن نفسه بحرية بغير أن تقاطعه أو تطلب منه الكلام .

٤) **على الأم ألا تلح على ابنها فى الإفصاح لها عما يسبب له التوتر النفسى** .ومما لا شك فيه أن إلحاح السر على ذهن الابن يحدث لديه شيئا من التوتر النفسى ؛ بحيث يجد نفسه بحاجة ماسة

إلى شخص أمين لينفض له بمكنونات قلبه ، فيطمئن أن كل حرف سيقوله سيبقي سرا ·

وقد ينفعل الابن وهو يقص لأمه ما يراه سرا · فينفجر فى بكاء مرير يحس بعده بأن الهدوء قد ساد نفسه · وبأن الاعتدال والنقاء قد ظللا وجدانه، وبأن السعادة قد وجدت طريقها إلى فؤاده ·

أما إذا لم يفصح الابن عما به رغم توافر الفرصة والمكان والزمان ، فهذا دليل علي أنه ليست لديه توترات ملحة بحاجة إلى التعبير عن وجودها · أو لعله لم يتهيأ بعد إلى الاعتراف للأم بما يكنه فى نفسه من أسرار ·

٥) علي الأم أن تميز بين ما يجب أن تنظر إليه من زاوية نفسية أو زاوية أخلاقية :

فالواقع أن كثيراً مما يعلنه الابن للأم من أسرار يقع فى نطاق الناحية النفسية · ويجب على الأم ألا تنظر إليه من الزاوية الأخلاقية ·· وفى هذا النوع النفسى من الأسرار تكون المهمة الاساسية للأم منحصرة فى حسن الإصغاء لما يقال لها ، ولما يعبر به عن أسراره سواء كان كلمات أم نبرات صوت أم ملامح أم حركات· وسواء كان التعبير صريحا جليا ، أم كان غامضاً ومشوباً ببعض الأمور أو الإيحاءات ·

أما إذا كانت الأسرار التى تقال للأم من النوع الذى يكون بحاجة إلى توجيه أخلاقى ، فعليها إذاً أن تقصد فى تقديم النصائح ، ويجب عليها أن تفهم جيداً أن النصائح الكثيرة تضيع بعضها البعض ، وأن الاقتصاد فى تقديم النصائح هو أفضل ضمان لفاعليتها ·

٦) على الأم أن تدرب نفسها على حسن الإصغاء :

فإن الواجب على الأم أن تترك الفرصة لابنها؛ لكى يقول كل ما عنده ، ولا داعى **لمقاطعة كلامه** للاستفسار عن شيء . ولاداعى أن يكون الكلام المسموع **مترابطاً محكماً**•• ولا داعى للتبرم من طول الاستماع أو **للانصراف** عن الاستماع إلى شيء آخر، مما يهم الأم أكثر من الاستماع إلى كلام أبنها أو بنتها •

يجب ألا يأخذ حب الاستطلاع من الأم مأخذه :

اشتياقها لمعرفة المزيد . كما يجب عليها ألا تبدى الامتعاض لما تسمع وألا تلجأ إلى إبداء أية علامة يوجهها أو بكلامها يدل على الغيظ أو الاحتقار أو حتي عدم التوقع •يجب أن تأخذ **الأمر موضوعيا ، ولا تبدي كثيراً** من الاهتمام بما تسمع مهما كان مثيرا• الذى يعبر عن باطنه بغير تدخل ، وبغير إلحاح على ما يقول وما لايقول •

٧) على الأم أن تعرف متي تقدم النصيحة ، ونوعية النصيحة التى تقدمها :

يجب أن تكون الأم ماهرة فى تحديد الوقت الذى تقدم فيه النصيحة ، ويجب أن يطمئن الابن أو الابنة بأنها ستحافظ على أسرارها بعيداً عن الجميع ، وأن تدربهما على الحفاظ على ما لايريدان إذاعته من أسرارهم الشخصية

٨) على الأم أن تحافظ على أسرار المراهقات المتعلقة بالجنس :

فالمراهقة عند بداية الطمث تعتبر ذلك فى نظرها سرا ينبغى

عدم معرفته، بل يجب إخفاؤه حتى عن الأب •• ولذلك : فعلى الأم أن تعلم أن بعض المراهقات يعتقدن أن هذه الظاهرة لها علاقة بالخطيئة ، وحتى عندما تحاول الأم جاهدة تصحيح المفاهيم الخاطئة ،التى ارتسمت فى ذهن ابنتها المراهقة عن تلك الظاهرة الطبيعية ،موضحة لها بأن ما يحدث لها كل شهر إنما يحدث لجميع الإناث •• فإنها تحس مع ذلك بأن الأمر شر عظيم، يجب إخفاؤه عن كل الناس •• والواجب على الأم الحصيفة أن تشجع هذه السرية ، وألا تهتك أستارها •• ذلك أن الفتاة التى تحافظ على كل ما يتصل بتلك الظواهر الجسمية والجنسية جديرة أيضا بأن تحافظ على عفتها •

لذا تظل أنوثتها مشفوعة بالحياء، الذى هو من ضروريات الأنوثة المكتملة •

وعلى الأم : أن تعرف ابنتها المراهقة بأن الأجهزة التناسلية لا يجب استخدامها بحرية كما هو الحال بالنسبة لاستخدام بقية أعضاء جسمها، وإنما ينبغى أن تتعلم الحفاظ على الأسرار المتعلقة بتلك المناطق ، وألا تعلن ما لديها على غيرها ، باستثناء أمها التى تأخذ مشورتها عند اللزوم •

(١٠) أخطاء بعض الأمهات فى إفشاء بعض أسرار أبنائها :

بعض الأمهات يتورطن فى إفشاء أحداث أو وقائع حدثت لأبنائهم المراهقين خلال طفولتهم ، مايزالون يعتبرونها أسراراً ينبغى تغليفها بستار من الكتمان •

فقد تعمد الأم مثلا إلي ترديد تصرفات ابنها أو بنتها فى

الطفولة ، وقد تذكر الأم أن ابنتها المراهقة ظلت تتبول بفراشها حتي الثامنة ، أو أن ابنها المراهق ظل حتى السابعة ،وهو يقضم أظافره أو هو ينام مع الأب فى السرير نفسه •

وأحيانا تردد الأمهات بعض مخازى وفضائح وسقطات زلت فيها أقدام أبنائها المراهقين والمراهقات أمام بعض صديقاتها ، وتظهر إعجابها بمشاجرات المراهق وانتصاره على أقرانه ، أو كيف أنه تشاجر معها أو ضربها ، وكيف أن الأب لا يحسن تربيته ، وأنه لا يستطيع وقفه عند حده •• أو أن درجاته بامتحان الفترة دليل قاطع على فشله وغبائه ولعبه واستهتاره ••

وهكذا تنتقل الأم الحمقاء من موضوع إلى آخر ، وفى كل كلمة تنطق بها ، وفي كل قصة تخوض فيها إنما تحكم على أبنائها وبناتها بأنهم من أسوأ الاولاد والبنات •

أما إفشاء سر الابن المراهق المتعلق بالجنس، والثرثرة مع صديقاتها بخصوص ذلك يجعل الابن لا يغفر للأم طول العمر ، بل يفقد ثقته بها تماماً •

الفصل الحادي عشر

« الأب •• والصحة النفسية للأبناء »

المقدمة

مقومات الأبوة الحكيمة فى توفير الصحة النفسية للأبناء •

(١) عليه أن يشعر الصغير بحبه له ، وعنايته به منذ وقت مبكر من حياته •

(٢) عليه أن يهيىء نفسه للأبوه وتضحيات الأبوة •

(٣) عليه أن يقضى مع أبنائه بعض الوقت يوميا •

(٤) عليه أن يعمل على أن يسود جو الأسرة الوفاق والهدوء•

(٥) على الأب أن يعمل على كسب ثقة أبنائه وبناته ومودتهم •

(٦) عليه مشاركة الأم فى تنشئة الأبناء •

(٧) على الأب توفير السعادة للأم •

(٨) على الأب خلق المناخ الصحى الملائم للأسرة •

(٩) على الأب أن يقف من الطفل موقفا فيه الحزم أحيانا •

(١٠) على الأب أن يكون مصدراً للحنان •

(١١) على الأب تشجيع أبنائه وتقديرهم •

(١٢) على الأب تجنب النقد اللاذع والتفرقة فى المعاملة بين أبنائه•

(١٣) على الأب ضرورة عدم نقل هموم العمل الي المنزل •

(١٤) على الأب تجنب معاملة أبنائه على أساس الأمر والنهى

وأخيرا •••

« الأب •• والصحة النفسية للأبناء »

المقدمـة

إن للأب في الاسرة وتنشئة الأبناء دوراً لا يقل أهميـة عن دور الأم ، ولذلك يخطئ الأب كثيراً إذا شغلته متاعب الحياة عن أسرته، وقضي معظم وقته بعيداً عنها ، تاركا الأمر للأم وحدها ؛ ذلك لأن دوره يختلف عن دورها إلى حد ما ، ولا تستطيع هى أن تعوض أبنائها النقص الذى ينشأ عن تغيبه عنهم أو عدم العناية بالإشراف عليهم ومصاحبتهم •

مقومات الأبوه الحكيمة فى توفير الصحة النفسية للأبناء :

(١) عليه أن يشعر الصغير بحبه له ، وعنايته به منذ وقت مبكر من حياته :

حقا وأننا نعلم أن مسئولياته الاجتماعية ووظيفته فى المجتمع تجعل مركزه غير سهل كمركز الأم فى كسب مودته وإشعاره بالحب والحنان ، ولكن ذلك لا يعفيه من أن يحاول الاقتراب من ابنه منذ السنين الأولى من حياته ،كما عليه أن يستغل نمو الصغير حين يبدأ المشى ،واستخدام اللغة فى تدعيم العلاقة معه عن طريق المداعبة والمصاحبة ؛ اذ يصبح فى إمكانه فى هذا السن تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية لها روح الود والمحبة ، ولا ترتكن إلى قضاء حاجاته الفسيولوجية، كما فى السنة الأولى •

مثل هذه المعاملة من جانب الأب تساعد على :

١ - اطراد نمو الطفل ، وشعوره بالأمن ، والرضي الناتج عن

تمتعه بمحبة والديه . كما تساعد على تكامل شخصيته هو واستقراره النفسي كأب .

٢ – تستمر علاقة الصغير بوالده كلما تقدم به العمر حتي يصبح الاب ومصاحبته من الأمور البالغة الأهمية للطفل حتي سن العاشرة . فهو مثله الأعلى، وموضع ثقته. وليس أدل على ذلك من نتائج الإيجابيات التي سئلت فيها مجموعة من الأطفال بين سن الخامسة والسابعة عشر عن شخصية يعجب بها كل ، وتتخذ منها مثلا أعلى في الحياة ، فكان الأب لدى أغلبية الصغار بين سن الخامسة والعاشرة هي أنه **الشخصية التي يعجبون بها ويريدون تتبع خطاها هي « الأب »** . بينما ذكر أغلبية مراهقي السابعة عشر أسماء أشخاص آخرين غير آبائهم ، وليس من الضروري أن يكونوا في البيئة المحيطة .

(٢) عليه أن يهيئ نفسه للأبوة وتضحيات الأبوة :

بأن يحاول أن يشترك مع الأم كلما سنحت له الظروف بمساعدتها في رعاية أطفالها والعناية بهم وبحاجاتهم اليومية . ولهذا الاتجاه الأبوي أهمية كبيره خصوصاً في حالة الطفل الأول : لأن هذا التعاون في الأسرة المتفاهمة السعيدة محبب إلى النفس كما أنه تدريب جميل على مسئوليات الأبوة ، وتمرين على تغيير عاداته اليومية ، فهو في هذه الحالة لاينتظر من زوجته أن تعطيه كل عنايتها ووقتها . ولا ينتظر من أسرته السهر على خدمته دائما .. بل يجد نفسه مساقاً إلى أن يسخر نفسه لخدمة أطفاله .

(٣) عليه أن يقضي مع أبنائه بعض الوقت يوميا :

وذلك كي يشعرهم بأنه على اتصال دائم بهم . بعد أن ثبت أن استمرار العناية واتصال الود من الأمور المهمة الباعثة على استقرار الاطفال وأمنهم النفسي، وعليه أن يفكر في أن يشغل هذا الوقت بطريقة ممتعة ومحببة لهم ، وعاملة على تدعيم علاقته بهم.. فيظهر اهتمامه بهواية خاصة يميل إليها أحد أبنائه . وينصت إلى الآخر وهو يقص عليه مغامراته اليومية ، ويبدى إعجابه بحركة أو كلمة نطق بها ثالث من أطفاله .. وهكذا يمكنه في هذه المدة القصيرة نسبيا أن ينزل إلى مستوي أبنائه . ويتمتع معهم بوقت طيب لا ينسونه ولا ينساه .

(٤) عليه أن يعمل على أن يسود جو الأسرة الوفاق والهدوء:

وأن تكون علاقته بالأم علاقة طيبة ، ولذلك كانت مهمة اختيار شريكة الحياة من المهام الخطيرة والمهمة . وعليه مهما كان الأمر فعليه أن يتحكم في غضبه، ويقلل من إظهار هذا الانفعال أمام أبنائه ، وأن يتغاضي بقدر الإمكان عن أخطاء زوجته وأبنائه التافهة إن وجدت .. وأن يعمل : موجهاً ، ومرشداً لهم فينبههم إلى ما يراه أخطاء بطريقة لطيفة هادئة ، بعيدة عن الأمر والنهى ،حتي لا يثير مقاومتهم ورغبتهم في التمرد على سلطته .

وعليه أن يعمل بقدر الإمكان على أن يتفق مع زوجته على طريقة منسقة في معاملتهما للأبناء ؛ لأنه ليس أخطر على تنشئة الصغار من اختلاف الأبوين في طريقة المعاملة .. وكثيرا ما يؤدى

هذا الاختلاف إلى انحراف الصغار ، وصعوبة تكيفهم للوسط الذى يعيشون فيه •

(٥) عليه تعليم أبنائه الذكور أنماط السلوك الاجتماعى المميز لجنسهم من أفراد المجتمع :

ويكون قدوة لهم فى التصرف والسلوك ، والمثل الصالح الذى يقربه لأبنائه فيقلدونه دون عناء •• وبطريقة شعورية أحيانا ، ولاشعورية أحيانا أخري•

وعليه أيضاً أن يهيىء لهم مواقف حقيقية، تتيح لهم ممارسة هذه الفضائل والعادات ممارسة فعلية على مستوي بسيط حتى تصبح عادة متأصلة فى نفسهم •

(٦) على الأب أن يعمل على كسب ثقة أبنائه وبناته ومودتهم :

لدرجة يتخذون منه صديقاً حكيماً ، ويلجأون إليه كلما أعيتهم الحيل إلى حل مشكلة من مشكلات الحياة ،التى كثيرا ما تصادفهم فى هذه السن ، ويسرون إليه بأسرارهم ، ويتمتعون بذلك الشعور الجميل الذى يتميز بالراحة النفسية ،والاطمئنان الذى يشعر به المرء إذا كان له شخص قوى موثوق به •• يأتمنه على أسراره ويمكن القول ، مع الأسف ، أن معظم الآباء والأمهات فى مصر لايهتمون بصداقة أبنائهم وبناتهم ، وتشجيعهم على الالتجاء اليهم وقت الحيرة والقلق ،واستدل على ذلك من بحث أجرى على مجموعة كبيرة من البنات •• إذ نفت الأغلبية العظمي منهن أنهن يلجأن إلى أمهاتهن أو آبائهن بأى سر من أسرارهن •• وذكر البعض أنهن لم يتعودن ذلك •

(٧) عليه مشاركة الأم فى تنشئة الأبناء :

على الأب أن يشارك الأم ، سواء كانت تعمل فى الخارج أو لا تعمل فى أعباء المنزل ورعاية الأبناء ·· ففى ذلك مصلحة صحية له ولهم جميعاً ·

فرعاية الأبناء تضيف إلى حياة الكبار إشراقًا لا سبيل لهم إلى اختياره عن غير هذا الطريق ·· يضاف إلى ذلك : أن إشراك الأب فى أعباء المنزل ورعاية الأبناء هو التجسيد العملى للرعاية **بمفهوم المساواة والمشاركة ، والتعاون فى العلاقة بينه وبين زوجته** ·· وهو أيضاً الوسيلة الوحيدة **لخلق المناخ الصحى والسليم فى** العلاقة بين أفراد الأسرة جميعاً ·· وفى مثل هذا المناخ ، سوف يكون للأب دوره المؤثر الفعال فى مساعدة أبنائه على تحقيق أهداف التنشئة السليمة :

وهى تنمية ما لديهم من إمكانات ذهنية ووجدانية إلى أقصى غاياتها ، وتهيئة الفرص الملائمة لاختيار وجودهم كعامل محفز لهم للسير فى طريق التقدم : والارتقاء ، دون محاولة صب شخصياتهم فى القوالب، التى يريدها الكبار لهم، وفى سبيل تحقيق ذلك يستطيع الأب أن يساهم بالكثير ·

(٨) على الأب توفير السعادة للأم :

ينبغى على الأب أن يتيح للأم فرصة تحقيق الصحة والسعادة ، وراحة البال لا وفاء بحقها فحسب : ولكن تلبية لالتزامه الأول إزاء أبنائه أيضاً ؛ ذلك أن الطفل مخلوق شديد الحساسية لكل ما يجري حوله بوجه عام ، والعلاقة بين والديه على

وجه الخوص ٠٠ فإذا لمس من هذه العلاقة الحب والتعاون غمرة الشعور بالرضي عن الحياة والاطمئنان اليها ، والإقبال عليها ٠٠ كان هذا الشعور تمهيداً مسانداً ومعيناً له، حين يكون عليه أن يمارس الحياة فيما بعد ٠

كما أنه يقوم بدور السند المعنوى لزوجته ، لا لأن ذلك يبعث فيها الإشراق ويدفعها إلي الإقبال ، ويطلق طاقاتها إلى جهد مؤثر وبناء فحسب، لكن أيضاً لأن عملية التنشئة مهما يكن مقدار الحرية التى تتاح فيها للصغير ، لابد أن تنطوى على بعض القيود بالنسبة لرغباته ٠

ومن أهم أصول التنشئة أن يشعر الصغار بأن الأب والأم لهما رأى واحد فى هذا الاتجاه ، لان إدراكهم وجود اختلاف بين والديهم خليق بأن يصبهم بالحيرة والقلق والانزعاج أو قد يحفزهم ذلك على محاولة الانحياز لأحدهما دون الآخر ، واللعب على اختلافهما لتحقيق رغباتهم ، وبراعة الأطفال فى هذا المجال تفوق أى تصور أو توقع الكبار ٠

(٩) على الأب خلق المناخ الصحى الملائم بالأسرة :

ينبغى على الأب أن يجعل من وجوده فى حياة الاسرة سبيلا؛ لكى يتعرف الصغار على ما له من صفات إيجابية تعينهم على التعرف عليها ، والتوحد معها على تكوين شخصياتهم ونضجها، وليس معني هذ أن يحاول الأب فرض صفاته الشخصية على الصغار بأى حال، ولكن معناه أن يعمل الأب على خلق المناخ الصحى الملائم بالاسرة ، لأن هذا المناخ خلفية لابد منها، ليكون

وجوده فى الأسرة عامل إثراء لشخصية الأطفال •

وفى هذا المجـال ، فـإن الأبناء يكونون مـثلهم العليـا ، ولو بصـورة جـزئيـه على الأقل فيـما يرونه فى الأب ؛ فـالأب الذى له وجـود واضح وسليم فـى حـيـاة أسـرته ، يمكنه أن يمنـع عن أبنـائه الكثير من معوقات النمو وانحرافاته •

(١٠) على الأب أن يقف من الطفل موقفاً فيه الحزم أحياناً:

وكذلك فيه قدر من الحد من نشاطه ، ومنه الإجابة لرغباته؛ لأن الأب مهما كـان فى رقته وهدوءه يمثل بالنسبة للصغير السلطة •• والصـغير يحتـاج نفسياً إلى وجـود السلطة فى حياته ؛لأنها هى التى تسـاعده على تمثل القيم والمفاهيم السائدة فى المجـتمع الذى يعيش فيه ، وهى التى تكفه عن الانـطلاق وراء نزواته الطفـولية ، وأهوائهـا ، وتسـاعده على الاسـتقرار النفسى اللازم لعملية التكيف الاجتماعى•

(١١) على الأب أن يكون مصدراً للحنان :

إن مهمة الأب كمركز للسلطة لا تتنافي مع مـهمته كمصدر للحنان، فحنان الأب لازم لصـحة الطفل النفسية لزوم حنان الأم ، فإظهار الحنـــان للصغار وبخاصـــة الصبيان ، منهم لا يتعـارض مع رجـولة الكبـار ، ولا يتـعـارض مع النمـو بل على العكس هو الصحـيح •• إن الصبى الذى يلقي الحنان صغيراً يلقي مع الحنان الإشباع لحاجة نفسية ملحة ، وهـى حاجته إلى أن يشعر أنه مقبول ومحبوب •

- وإذا لقيت هذه الحاجة الإشباع :

فسوف يشب وهو لا يطيق أن يري الحرمان يعاني منه الغير، وسيعمل جاهداً على مكافحة هذا الحرمان •• سيشب على وجدان اجتماعي يتلخص في صفة الشهامة ، والشهامة من أهم صفات الرجولة •

ولو صبر كل أب على صغيره قليلاً ، وأعطاه من وقته بعض الوقت لتحاشى كثيراً من عوامل القلق ، والهم ، والخطيئة والعدوان التي كثيراً ما تفتك بنفوس الصغار •

إن الطفل يحتاج الي هذه اللفتات من أبيه : يستجيب لها ، وليس أفضل من إدخال الطمأنينة على نفس الطفل ، وفي تقويم سلوكه من أن يشعر أن أباه يقوم بدوره كأب يرعى مصلحته ، ويرقب أخطاءه ويرده عنها في أسلوب هو الحزم والعطف معاً • ولايضن بالثناء إذا أصاب ، ويعامله بنزاهة انفعالية تجعله دائماً وفي جميع الأحيان جديراً بالثقة وأهلاً بالاعتماد •

(١٢) على الأب تحويل أنانية الطفل إلى حب الغير:

الطفل في البواكير الأولى من حياته كائن أناني ،لا يعرف إلا نفسه ،لا يحيا إلا لها • والأبوه الرشيدة الناجحة هي التي تعمل في دأب ، على تحويل قدر من الأنانية إلى حب الغير حتي إذا أدرك مرحلة المراهقة ،كان مستطيعاً عن طريق **ما أنهج له من فرص الإعطاء والمشاركة** وعن طريق المناقشات الودية في بعض الأحيان، ثم عن طريق المثال : الذى يراه من والديه – فليس في الواقع أفضل من هذا المثال في نفوس الصغار – كان مستطيعا أن يكون لنفسه معياراً للقيم الخلقية ، فيكون حب الغير ورعاية

حقوقهم من مقوماته الأساسية ·

(١٣) على الأب تشجيع أبنائه وتقديرهم :

إن الأبناء في حاجة إلى أن يلقوا التشجيع ، ويطمئنوا إلى الموافقة والقبول من أبيهم،كي ينعموا بحياة فيها الشجاعة والتعاون·

إن شعور الطفل بتقدير أبيه لما يفعل خليق بأن ينبه فيه خير ما عنده ، ويبعث لديه الحماس للقيام بخير ما يستطيع · فكلمة التشجيع التي يحظي بها من أبيه متى أعطيت في حينها ، هي الحجر الأساسي في تكوين الثقة بالنفس ،وهي صفة لابد منها لإمكان التقدم فيما بعد ·

إن قدرات الطفل تنمو مع التشجيع ، وتضمر باللوم والتثبيط· وشعوره بأنه يلقى الثقة والتقدير والاحترام من أبيه خليق بأن ينمي في نفسه صفات الشجاعة ، والعزم ، والاتزان ·· وهي دائما من مقومات الشخصية الخلاقة ·

(١٤) على الأب تجنب النقد اللاذع والتفرقة بين أبنائه :

الأب مسئول عن أن يسود حياة الاسرة جو المودة والحب والاحترام، وأن ينفض عنها النقد اللاذع إذا كان مركزاً على فرد بعينه في الأسرة لأى سبب من الأسباب ؛ فإن الجو المشبع بالاحترام ينتقل الي الأطفال ويعلمهم كيف يحترم بعضهم بعضا ·

وكذلك : على الأب أن يتجنب ، **ثم يتصدى لأى بادرة تفرقة** بين الولد والبنت ، فإن هذا التميز هو البذرة الأولي التى ينبت منها ،وتتفرج عنها كل انحرافات العلاقة بين الجنسين فيما بعد :

فالأب الذى يضع نصب عينيه أن ينشئ ابنه على احترام

الغير وحقوقهم ومعتقداتهم ومساهمتهم ، إنما يساعده على أن يطل على الحياة من أفق واسع وعلى أن ينظر إلى مسائلها ومشكلاتها بنظرة موضوعية متحررة من آثار التحيز والهوي •

(١٥) على الأب ضرورة عدم نقل هموم العمل الى المنزل:

من الخير أن يذكر الأب دائماً أنه لابد من الفصل بين العمل والمنزل ، فصلا تاما بقدر الإمكان •• ومعني هذا **ألا ينقل هموم العمل ومتاعبه معه إلى البيت**• إن البيت مكان يختلف كل الاختلاف عن العمل • وجو البيت من أجل ذلك ينبغي أن يختلف كل الاختلاف أيضاً عن جو العمل •• هذا إلى جانب أن الصغار **لايستطيعون فهم هموم العمل ومتاعبه** ، وبالتالى لا يستطيعون المساعدة فيها • ومن ثم فإن ترك هموم العمل حيث هى أمر حتمى، إذا شاء الأب أن ينهض بالتزاماته فى تنشئة الصغار على خير وجه •

ويضاف إلى ذلك : أن نقل هموم العمل إلى المنزل خليق بأن **يجعل الأب ضيق الخلق ، سهل الإثارة** ، وهذا أمر قد يفسر بواسطة الصغار أنه صد لهم • واعتداء عليهم ، لأن الصغار شديدو الحساسية فى هذا الأمر ، وليس فى وسعهم أن يفهموا باعثه الحقيقى، ولا أن يردوا له سبب آخر •

(١٦) على الأب أن يتجنب معاملة أبنائه على أساس الأمر والنهى والعقاب :

إذا ألحت على الطفل بعض رغباته ، وهى لابد أن تلح عليه أحياناً ، فدفعت به إلى محاولة الانطلاق خارج الحدود التى

تتضمنها مصلحته ، ففي وسع الأب ، ومن واجبه،أن يعطيه في حديث قصير إيضاحاً لمدلول السلوك الذي يراد له قدر من الضبط •• والطفل كائن منطقي معتدل • يستجيب إذا لقي الاحترام ، وعومل على مستوى إنسانيته •

أما معاملته على أساس الأمر والنهي والعقاب ، فإنها تثير في نفسه كثيراً من أسباب الهم والقلق والخطيئة والعدوان • فوق أنها تؤدي إلى أن يرى أباه في صورة المتسلط الباطش الغاشم لا الموجه الصديق الهادئ •• شتان بين الصديقين تأثراً في نفس الطفل •

وأخيرا •

مما سبق : نرى أن الدور الذي يستطيع الأب القيام به في تنشئة أبنائه دور عظيم القدر والخطر •• ولو قام كل أب بواجبه في هذا الصدد على النحو الذي ينبغي ، كان لنا أن نرجو أن يجئ عالم الغد خير من عالم اليوم •

إن بيد الأب إن أحسن القيام بواجبه أن ينشئ ابنه على الولاء والإيمان والشجاعة ، وضبط النفس والثقة بها •

بيده أن يفجر ما بنفس الطفل من ينابيع الخير والسخاء والحماس للحياة •

الفصـل الثاني عشر

« الوالدان ٠٠ والصحة النفسيـة للأبنـاء »

(١) أهمية مرحلة الطفولة ٠

(٢) تأثير البيئة فى التنشئة النفسية للأبناء ٠

(٣) دور الوالدين لتحقيق الصحة النفسية للأبناء ٠

(٤) أهمية توفير الجو الديموقراطى فى الأسرة ٠

(٥) أهمية انتظام اجتماعات الأسرة ٠

(٦) الأسرة وأهمية توفير النجاح للأبناء فى حياتهم المدرسية ٠

(٧) الخلاصة : الوصايا العشر للوالدين ٠

وأخــيراً ....

(١) أهمية مرحلة الطفولة :

تعتبر مرحلة الطفولة من المراحل المهمة فى حياة الفرد ، والتى من خلالها يتعلم الطفل القيم ، والأخلاقيات، والسلوكيات، والعادات الصحية ، والعادات العقلية الحسنة •

كذلك لهذه المرحلة أهمية فى تكوين شخصية الطفل وسلوكه، وأسلوبه فى التعامل مع الحياة بعد ذلك ٠٠ حتي أنه يعتقد بعض علماء النفس أن اتجاهات الطفل المميزة تتكون فى الأغلب من خلال التربية الأسرية فى مرحلة الطفولة •

حقيقة أن هذه الاتجاهات قابلة للتغيير بعد ذلك من تأثير عوامل التربية المختلفة ، ولكنها على العموم لها تأثير فى مراحل العمر المختلفة التالية •

(٢) تأثير البيئة فى التنشئة النفسية للأبناء :

تؤدى البيئة العائلية دورا مهماً فى توجيه سلوك الطفل ، ومساعدته على أن ينظم دوافعه الوجدانية ، وعلى أن يكتسب العادات الحميدة التى تغذى الخلق ٠ ومن أهم هذه العادات ضبط النفس ، والخضوع للنظام ٠٠ وغنى عن القول أن النظام الذى يفرض على الطفل لابد أن يكون مشبعاً بروح الإنصاف والعطف والتعاون ، كما أنه من واجب الوالدين أن يحاولا دائما أن يفهما الطفل، بقدر المستطاع، ضرورة الخضوع للنظام والقيم الأخلاقية والسلوكية ، والعادات الصحية السليمة •

فالأسرة بوضعها الحالي : البيئة الأولى للإنسان الفرد ، البيئة التي تمده بالمحفزات في كفاحة الدءوب نحو التكيف أو تقيم المعوقات دون ذلك الكفاح .

لذلك .. فإنه من البديهي أن تحقيق النضج الانفعالي ، أي الوصول إلى صحة النفس لايمكن أن يتم إلا من خلال طفولةنعمت، بالحب والحنان ، والقدوة الطيبة ، والطمأنينة ، فإنه لن يستطيع أحد غير الوالدين تزويد الطفل بذلك الغذاء الوجداني الذي لا غنى عنه لصحة النفس ..

وما انتشار الأزمات النفسية في مظاهرها المعقدة ، إلا دليل على أن بيوتا كثيرة لم تستطع أن تحيط صغارها بالحب والطمأنينة اللذين دونهما سيشبون على سقم وانحلال .

فإن الذي لم يحصل إلا على القليل من الحب في سنيه الأولي سيظل متعطشاً إلى المزيد من هذا الغذاء الوجداني ، شاعراً بالحرمان من حقه من أن يحب ،عاجزاً بدوره عن أن يحب .

(٣) دور الوالدين لتحقيق الصحة النفسية للأبناء :

(١) القدوة الحسنة :

ينبغي أن يكون سلوك الوالدين القدوة الطيبة للأبناء ؛ فإن لهذا أكبر الأثر في طبع الروح الأسرية بطابع خاص .. هو الذي يمتصه الطفل ،ثم ينعكس على سلوكه في مرحلة الطفولة حاليا ومستقبلا .. فعليهما أن :

١ - يقيما علاقتهما معاً على أساس المحبة والاحترام المتبادل .

٢ -يتبعا معاملة ثابتة مع أبنائهما تجمع بين العطف والحزم.

٣ - يعطيا الطفل فرصة الحرية مع إطار الضبط والنظام ، فتربى فيه الثقة بالنفس والاعتماد ليها ·

٤ - ينميا فيه احترام حريات الآخرين ومشاعرهم ·

٥ - ينميا فيه القدرة على ضبط النفس ، وحسن التعامل مع الغير ·

٦ - على الوالدين تجنب الالفاظ الخارجة ، والخشونة فى المعاملة ·

(٢) تدريب الأبناء على احترام القيم الأخلاقية والروحية :

إن المجتمع المصرى يحتاج إلى الوعى والمعرفة والتوجيه إلى وسائل التربية السليمة للأبناء ، حيث إن معظم الآباء والأمهات لا يبذلون جهداً مقصوداً فى توجيه أطفالهم ، فكثيراً ما يشجع فيهم الصفات غير المرغوب فيها بإهمالهم تهيئة الجو المناسب للتربية السليمة السوية ؛ مما يعطل إعدادهم إعداداً صالحاً للحياة المستقبلة فى المجتمع ·

فالمجتمع لكى يكون سليماً متجانساً ، يجب أن يقوم على صفات أساسية ،مثل :

التعاون ، وتبادل الثقة بين الأفراد ، والاعتماد على النفس والمعاملة الصريحة المستقيمة ·

فإذا لم يدرب الابن على هذه الصفات فى الأسرة، عجز عن ممارستها فى حياته الاجتماعية بعد ذلك ، مما يؤدى إلى تفكك المجتمع ، وعدم وصوله إلى الرقى المطلوب ·

(٣) تجنب التدخل فى كل كبيرة وصغيرة :

تخطئ كثير من الأمهات والآباء بتدخلهم فى كل صغيرة وكبيرة فى حياة أبنائهم، وبمحاولة تقييد تصرفاتهم بإرادة أو دون إرادة .

وقد يلجأون فى سبيل ذلك إلى وسائل العقاب ، والعنف ، والقهر ، مما يترتب عليه كبت حرية الابن ، وإشعاره بالحرمان ، فيصاب بالتردد والجبن والخوف ، ويفشل فى تكوين النظرة الصائبة للأمور .

(٤) إشباع الحاجات النفسية للأبناء :

لتوفير النمو النفسى السليم للأبناء ، ينبغى إشباع الحاجات النفسية للأبناء فى مراحل العمر المختلفة بطرق سوية ، وهى الحاجة إلى :

الامن ، والعطف ، والتقدير ، والحرية ، والنجاح ، والضبط ، ولإشباع هذه الحاجات تأثير واضح فى النمو النفسى للأبناء ، وتجنبهم الشعور بالخوف ، أو الغضب ، أو الفشل .

(٥) تجنب تمييز ابن على آخر، أو تفضيل الولد على البنت أو العكس :

فإن لهذا التميز آثاراً سيئة من الناحية النفسية بعيدة المدي فى إصابة الأبناء بالغيرة ، التى تتحول مع الوقت إلى شعور ، بالعدوان ، والرغبة فى الانتقام والتعويض عن العطف المفقود بوسائل شاذة .

(٦) الجزاء والعقاب بطرق سليمة :

إن اتباع نظرية الجزاء والعقاب منذ الصغر بطرق سليمة يؤدى إلى تعريف الابن بالخطأ والصواب،بشرط أن يخلو العقاب من روح الانتقام والعنف . وأن يخلو الثواب أيضا من مكافأة الابن على ما يجب أن يقوم به من أعمال أو يؤدى من واجبات ، حتى لاينتظر المكافأة على كل ما يعمل ، مما يجعله أنانيًا ، ضعيف الشخصية لا ينظر إلى الأمور نظرة طبيعية ، وكلما تحول الثواب من المستوى المادى إلى **المستوى المعنوى أو النفسى** ، كان ذلك أدعى إلى نمو الطفل **نموا سليماً ، واتباعه السلوك المرغوب فيه بطريقة أفضل** .

وكذلك : يجب **ألا يعاقب الطفل** على خطأ واحد **أكثر من مرة**، وألا يعود الوالدين إلى معايرة الطفل بهذا الخطأ بعد ذلك .

(٧) تحقيق الحب المتبادل بين أفراد الأسرة :

إن أهم دور للوالدين أن يمنحا الحب لبعضهما ولأبنائهما ؛ لأن المحبة هى أهم سمة للأسرة المتماسكة ، وإذا انتفت أصبحت الأسرة بلا معنى .. ومفككة .

إن المحبة التى تملك قلوب أعضاء الأسرة تعطى المعني وتشرح الهدف من لحياة الروحية القوية ، والمحبة القائمة بين الأزواج والزوجات . وبين الأباء والابناء هى وحدها التى ستدوم وتستمر مع الأبناء مدي الحياة .

فالطفل بالذات له قيمة كبري فى الأسرة المتماسكة المتدينة ، لأن فيه تلتقى مشاعر المحبة المتدفقة من كلا الوالدين ، وكأن الابن

هو متلقى مصب نهر الأبوة الخالدة ، ونهر الأمومة الحانية العطوفة الأبدى •• إنه ثمرة الحب المتبادل بين الزوجين ، الحب الذى يمتد فيشمل كل جوانب حياتهما الجسدية والوجدانية •

(٨) غرس القيم الدينية فى الأبناء :

عندما ينشأ الأبن فى أسرة متدينة ، فإنه يتشرب الدين فى مذاق الحب ، ويتشبع بروح الوقار والقداسة ، ويمتلئ من مخافة الله وحبه ، ويترسخ فيه الإيمان بوجود الله الحى ، ويتفتح وجدانه نحو حب الإله ، ويشعر بالاطمئنان فى كل ما يعمل ؛حيث إنه يشعر أن الله بجانبه •

ولتأدية العبادات :

فائدة كبيرة للأبناء ، حيث إنها تعطيه شعوراً بأنه ينتمى إلى جماعة كبيرة تشترك معه فى التفكير ، والعقيدة فى تأدية العبادات بالطريقة نفسها •• هذا الشعور بالانتماء إلى الجماعة ينمى الشعور بالامن والاستقرار •

وعليه ، ينبغى أن نشجع الأبناء على الاحتفاظ بروح الدين وأهدافه والتمسك بالقيم الأخلاقية والسلوك السليم الذى يهدف لصالح المجموع ، وحماية حقوق الأفراد من عدوانهم على بعض •

وليس من المستحب أن يكون الاتجاه الدينى **ضيق الأفق ،** بل يجب أن تخفف من أهمية التمسك بحرفية الدين •

(٩) التمسك بالسمات الدينية الأصيلة بالأسرة :

١) الحشمة ، والطهارة ، والعفة ، والوقار :

ينبغى أن تكون هذه المبادئ أسس قوية، يقدسها الأبناء منذ

الوقار العظيم .

٢) الوطنية وعدم التعصب .

الأسرة المتماسكة الحقيقة تشجع أبناءها منذ صغرهم على الاشتراك مع مواطنين مختلفين عنهم فى الديانة ، والمذهب ، والعقيدة . على مستوى الوطنية وخدمة البلاد . وتأسيس دولة يسودها الوعى الوطنى . والأخاء بين المواطنين ، وتقديس المصلحة الوطنية فوق كل اعتبار .

أما الانعزالية ، والتقوقع ، والتعصب ، فهذه دلالة على وجود روح الطائفية التى يلزم إبادتها فى الجو المنزلى المتماسك .

ويستطيع الوالدان أن يساعدا **ابنهما على مواجهة أى تحيز أو جفاء** ، يبديه زميل له فى المدرسة مختلفا عنه دينيا أو مذهبيا ، ذلك بأن يقدم الابن روح المودة لا عن ضعف وجبن ، بل عن قوة وإيمان.

وعلى الوالدين أن يرشدا أبناءهم إلى كيفية الحياة بصفاء روحى ، ونقاء اجتماعى خارجى ، بإيمان داخلى فى القلب . ووعى وطنى مستند إلى خدمة الوطن .

١٠) العدالة فى المعاملة :

إن افراد الأسرة إذا ما لقوا معاملة متناسقة ، غير مشفوعة بالظلم ، فإنهم يسلكون فى خط واحد ، ولاتشوب علاقاتهم أى فرقة أو أية كراهية .

والعدالة معناها أن يلقى كل شخص الجزاء **الذى يناسب سنه، ومكانته** فى الأسرة • وهذه العدالة يجب اتباعها من الأسرة حتى يتسني إحداث التغير المطلوب فى أفراد الأسرة •

وذلك بأن تكون **العدالة بين أفرادها متناسبة :** فقد يكون بين الأبناء من هو سريع الاستثارة ، فيجب معاملته بطريقة معينة تتماشي مع حالته •

وكذلك تختلف معاملة الأطفال فى الأسرة عن معاملة المراهقين بها •

(٤) أهمية توفير الجو الديمقراطى فى الأسرة :

إن الجو الديموقراطى إذا ما شاع بأرجاء الأسرة منذ قيامها ، فإن شخصيات أبنائها وبناتها تترعرع فى جو أقرب ما يكون إلى التلقائية والتفتح •

وتتفق مكونات الشخصية بحيث يقوى ما بها من استعدادات كانت ستبقي كامنة ، لولا توافر الجو الديموقراطى فى الأسرة •

السمات التى تتميز بها الأسرة التى تتمتع بالجو الديموقراطى:

١ – حرية التعبير •

٢ – حرية النقد •

٣ – أخذ مقترحات كل أفراد الأسرة فى الاعتبار •

٤ – احترام حرية كل فرد ، واحترام اختلاف الأمزجة الفردية •

٥ – تشجيع نمو كل فرد فى حدود طاقته •

ويقصد هنا بالنمو : النمو الجسمي ، والعقلي ، والوجداني ، والعلمي ، والثقافي والاجتماعي ٠

ولاشك أن الحرية إذا ما كفلت للابن ، وأزيلت المعوقات عن طريق نموه ، فإنه يأخذ في النمو إلى أن يصل إلى النضج ٠

٦ – توفير اكبر قدر من السعادة لكل فرد في الأسرة ، بأن يتعاونوا في سبيل توفيرها وتنميتها ٠

٧ – احترام الصغير للكبير ، وعطف الكبير على الصغير ٠

وينبغي ألا يفهم الاحترام بأنه إذلال الشخص الصغير لإعطاء الفرصة للطغيان والسيادة ، بل يجب أن يفهم بأن الاحترام هو : حب ، وتقدير وليس خوفاً وامتهاناً ٠

٨ – الإحساس بالانتماء للأسرة ، وكيانها العضوي النابع من حب المجموعة ٠

(٥) أهمية انتظام اجتماعات الأسرة :

لكي يتحقق الجو الديمقراطي في الأسرة ، وتتحقق الصحة النفسية للأبناء في الأسرة ، وكي يستمر التماسك في كيانها ، لابد أن يجتمع أفرادها بعضهم مع بعض في أوقات منتظمة تقريباً ، بحيث لا يتخلف منهم أحد بقدر الإمكان٠

التأثير النفسي لاجتماعات الأسرة :

تؤدي هذه الاجتماعات إلي انسجام القلوب ، وتقارب الافكار ، والتناسق بين الاتجاهات ، وكذلك خلق أهداف مشتركة ، وآمال عريضة غير متعارضة ٠

أهداف اجتماعات الأسرة :

من أهم **الأهداف** التى ينبغى أن تستهدفها اجتماعات الأسرة:

١) تبادل الأفكار بين أفرادها ، وأخذ الصغير بنصيحة الكبير، وتبصير الكبير بما يحتاجه الصغير ، وما يهتم به ، ويتناسب مع مستواه العقلى •

٢) **مصدرا مهماً من مصادر الأفكار** : فقد تأتى فكرة من أحد الأشخاص تمثل لدي الابن مكانة رئيسية فى عقله ووجدانه ، بحيث تصبح محورا يدور حوله نشاطه •

٣) **تنمية الثقة بالنفس لدى الأبناء** ، وذلك بإصغاء الوالدين إلى ما يقوله الأبناء والاستماع إلى ما يدور بخلدهم ، حيث يعطيهم الفرصة للتدريب على الاستماع والتحدث •

٤) **تبادل العواطف** ومشاعر الحب والتقارب النفسى •

(٦) الأسرة •• وأهمية توفير النجاح للأبناء فى حياتهم المدرسية :

وذلك يتحقق بالوسائل الآتية :

١) توفير **المكان المناسب** للدراسة ، بعيدا عن الضوضاء •

٢) مد الأبناء **بما يحتاجون إليه** من أدوات وكراسات •

٣) **الامتناع عن تكليف الأبناء** بقضاء بعض حاجات الأسرة وقطع مواصلة الاستذكار •

٤) **الامتناع عن الخروج** للزيارات ، وترك الأبناء بالبيت للاستذكار •

٥) **مراقبة** الأبناء أثناء الاستذكار •

٦) قيام الأب أو الأم **بزيارة المدرسة** للوقوف على أحوال الابن أو الأبناء بالمدرسة •

٧) المبادرة إلى اكتشاف ما يتعثر فيه الابن أو الابنة من المواد المدرسية ، ومساعدتهم بالدروس اللازمة •

٨) **تشجيع الابناء** بالحوافز عندما يثبت تفوقهم •

٩) **متابعة عملية التحصيل الدراسى** ، والإشراف على أدائه الواجبات المدرسية ، والاطمئنان **إلى علاقة الأبناء** مع مدرسيهم ، وزملائهم أثناء فترة تواجدهم بالمدرسة •

وأخيرا :

مما سبق يتضح لنا دور الوالدين المهم لتحقيق الصحة النفسية للأبناء ، هذا الدور الذى يساعدهم على عبور جسر الحياة فى يسر وأمان ، فيهنأون بطفولة سعيدة ، ومراهقة هادئة ، وشباب منتج ، وشيخوخة آمنة •

(٧) الخلاصة :

« الوصايا العشر للوالدين »

١) لا تسرفوا فى توبيخ أبنائكم بقصد إشعارهم بالخطأ وخاصة أمام الضيوف •

٢) تعلموا ضبط الأعصاب ، وعدم الثورة ، لتخلقوا الجو الهادئ فى البيوت •

٣) ايا كان السبب فلا تتشاجروا أبدا مع بعض فى وجود الأبناء ، فتصفية الحساب بين الزوج والزوجة عملية ، يجب أن تتم بعيداً عن الأبناء والخدم •

٤) يجب أن تهتموا بحالة أبنائكم النفسية والجسمية وميولهم ، وألا تعاملوا صغاركم على أنهم رجال •

٥) لا تكلفوا أولادكم بعمل يعتبر فوق طاقتهم أو يتعذر عليهم أداؤه •

٦) لا يجوز مطلقا أن تشغلكم أعمالكم عن رعاية أبنائكم • خصصوا لهم جزءا كافياً من أوقاتكم لتجلسوا إليهم وتبادلوهم الحديث فى شئونهم •

٧) لا يجوز للأم أن تسرف فى رعاية صغارها ، وتهمل رعاية زوجها •

٨) تجنبوا عقاب أبنائكم بالضرب ، بل يكون بالحوار إذا أخطأوا •

٩) اجعلوا هدفكم فى الحياة أن تحققوا لأبنائكم ما عجزتم أنتم أن تحققوه لأنفسكم فى ماضيكم ، إذا كان لديهم الاستعداد النفسى لذلك •

١٠) قوموا كآباء وأمهات من وقت لآخر بعملية «جرد» سريعة كما يفعل التاجر • تستعرضون فيها الحالة الصحية والنفسية لكل ابن وحالته فى المدرسة •• وارتباطه بالله •

الفصل الثالث عشر

▪ الأمومة ·· والمشكلات النفسية والسلوكية للطفل ▪

(١) المقدمـة

(٢) أسباب المشكلات النفسية والسلوكية للطفل •

١ – تفكك الروابط الأسرية •

٢ – الحرمان الأموى للطفل •

٣ – اضطراب علاقة الطفل بالأب والأم •

٤ – وعوامل اجتماعية ·· البطالة ·· الفقر •

٥ – عوامل مدرسية •

(٣) أعراض الاضطرابات النفسية والسلوكية للطفل •

(٤) علاج المشكلات النفسية والسلوكية للطفل •

١ – دراسة المناخ الأسري•

٢ – دراسة المناخ المدرسى•

٣ – العلاج النفسى للطفل •

٤ – العلاج الدوائى •

٥ – التوجيه والإرشاد النفسى للأسرة •

٦ – الاتصال بالمدرسة – وتوعية المدرس •

(٥) الوقاية من المشكلات النفسية والسلوكية للطفل :

١ – دور الوالدين • ٢ – دور المدرسة •

٣ – دور المعلم •

(٦) متى تعرض ابنك على الطبيب النفسى ؟

وأخـيراً ....

(١) المقـدمـة :

إن مرحلة الطفولة من أهم المراحل وأشدها خطراً بوجه عام؛ إذ يتقرر خلالها نوع الشخصية التى سيكون عليها الفرد فيما بعد، فهى بمثابة الأساس الذى يتم عليه البناء الخاص بتكوين الشخصية ، شخصية رجل الغد ، أى المواطن الذى نرجو أن يكون ناجحا سواء رجلا أم امرأة ٠

تعتبر خبرات الطفل فى هذه المرحلة مع بيئته التى يعيش فيها فى غاية الأهمية ؛ فهو يتعرض خلالها إلى مشكلات نفسية تحدث له بصورة مستمرة ، مما يدعو أن يدرك الآباء والأمهات أن الطفل فى سنواته الأولي من حياته له حياة ذهنية نشيطة ؛ ويحتاج إلى العناية والعطف والتفهم لحاجاته النفسية فى أثناء رعايته ٠

والواقع أن الغـالبـيـة الكبـري مما يطلق عليـهـا عـادة اسم **مشكلات الطفولة**، إنما يرجع أمر الوقاية منها الي الوالدين ٠

إن الطفولة ليست في ذاتها مشكلات ، إنما المشكلات مبعثها عدم إلمام عدد كبير من الأمهات والآباء بخصائص هذه المرحلة ، وعدم صبرهم على تناول مواقفها المختلفة بالأناة والحكمة ، ثم أنانية ٠٠ نعم أنانية الوالدين اللذين يتجاهلان شخصية طفلهما فى محاولة صياغته قسراً وفقاً لنموذج أو خيال معين، قد يحقق لديهما أملاً أو طموحاً أو فى محاولة الوقوف عمداً فى طريقه نحو النمو والاستقلال حتي يظل دائماً لهما وإلى جانبهما ٠

يتعرض الطفل لمشكلات نفسية متعددة في خلال مرحلة الحضانة (٢ – ٥ سنة) ، وتستمر إلى المرحلة الابتدائية لعدم إدراك الوالدين الطريق الصحيح لوقاية الطفل من استمرار هذه المشاكل التي يتعرض لها ٠٠ وكذلك يرجع ذلك إلى عدم وعى المربين بالطريق الصحيح الذى يؤدى الي تجنب هذه المشكلات٠

وفيما يلى سوف أوضح بعض هذه المشكلات (الأسباب، والأعراض ، العلاج ، والوقاية)

(٢) أسباب المشكلات النفسية والسلوكية للطفل

١) تفكك الروابط الأسرية بين الوالدين والأبناء نتيجة :

- سوء الحالة الاقتصادية ٠
- **اضطراب** أحد الوالدين نفسيا أو كليهما ٠
- إدمان **الكحولات** أو العقاقير ٠
- الأمراض **الجسمية** المعوقة للأم أو الأب أو كليهما ٠
- **الخلافات** المستمرة بين الوالدين لعدم التوافق الزوجى والتى تؤدى إلى الاضطرابات النفسية٠

٢) الحرمان الأموى للطفل :

- **لنقص** فى شخصية الأم ، وينقصها عمق المشاعر٠
- عدم **إحساس** الأم بمشاعر الأمومة ، ربما يكون فى تاريخها الحرمان من العاطفة فى طفولتها ٠
- عدم **الاستمرار** الأموى حين تقوم برعاية الطفل أيد كثيرة بصورة متتالية ، أو تقوم بإرضاعه أخرى ،ليست الأم ٠
- دخول الطفل المستشفى لفترة طويلة نتيجة معاناته لمرض

أو عملية جراحية •

- الطلاق أو الانفصالات المؤقتة أو الدائمة•

٣) اضطراب علاقة الطفل بالأب وبالأم :

- سوء معاملتهما للأطفال مع القسوة والإهمال ، والعنف ولاسيما العقاب البدني •
- يصب أحد الوالدين غضبه على الطفل •
- التفرقة في المعاملة بين الأبناء •
- دفع الطفل إلى تحقيق آمال وطموح تفوق قدرته •
- محاولة الأب كسب عطف الأطفال، مع إضعاف سيطرة الأم أو العكس •
- غياب الأب عن الطفل في مراحل الطفولة يعتبر من العوامل الفعالة للتشرد •
- انشغال الأم بعملها ، وتراخيها في القيام بدورها في الرعاية النفسية للأبناء •

٤) عوامل اجتماعية : البطالة ، الفقر ، السكن غير الملائم، سوء التغذية •

- تعرض الأطفال إلى أخطار (عدم استمرارية الأمومة) الإهمال العاطفي •
- إصابة الوالدين بمرض مزمن (نفسي أو جسمي) •
- إصابة الطفل بمرض مزمن •
- فشل الزواج والطلاق – التفكك الأسري •
- الاعتداء الجنسي •
- تهديد الطفل في المنزل بالذهاب إلى دار الحضانة لعقابه

من المشرفة ٠

- إبقاء الأبناء وحدهم تحت تأثير جهاز إعلام خطير مثل التليفزيون الذى يقدم أعمالاً لا تخلو من سلوكيات وأخلاقيات خاطئة ٠
- تضاؤل تأثير الدين من جهة الوالدين والأبناء ٠

٥) عوامل مدرسية :

- نقص الإمكانات المدرسية التى تجعل عملية التعليم عمليا غير محبوبة ومريحة ٠
- النقص فى شخصية المدرس ، وعجزه عن منح المهنة حقها ٠
- عدم توافر العلاقة الإنسانية بين المدرس والتلميذ ٠
- استخدام الضرب والقسوة كوسيلة لعقاب التلاميذ ٠
- الغيرة من التفرقة فى المعاملة بين التلاميذ ٠
- عدم وضع التلميذ فى مستواه العلمى بالصف ٠
- فقدان السلطة الضابطة لازدحام الفصول ٠
- عجز المدرس عن الإشراف على الجميع لضعف شخصيته وفقدان الأطفال الإرشاد والتوجيه – التعب من سوء توزيع المواد بالجدول المدرسى ٠
- عبء الواجبات المدرسية بصورتها الحالية ٠
- تكدس المناهج الدراسية الحالية بالمواد المختلفة ٠
- عدم توافر الأنشطة الاجتماعية والرياضية بالمدرسة ٠

مما سبق :

نرى أن العوامل التى تؤدى إلى اضطراب الطفل نفسيا أو سلوكيا أو عقليا متعددة ؛ الأمر الذى يحتم تجنب العوامل التى تؤدى إلى اضطرابه •

« فالوقاية خير من العلاج »

وفى سبيل تحقيق هدف الوقاية ، ينبغى تلبية الحاجات النفسية للطفل التى أصبحت ضرورية لا سبيل إلي الاستغناء عنها ، ولا التساهل فيها ، إذا شئنا أن ننهض بواجبنا نهوضاً سليماً وكاملاً إزاء الطفل ، وإزاء الوطن على حد سواء •

وفى سبيل ذلك : لابد أن نذكر أن حاجة الطفل اليوم إلى **الهدوء والاستقرار والإحساس بالأمن** ، حاجة ماسة **لأنه عن طريق هذا الهدف** يستطيع تحمل عبء الحياة المعاصرة ، ولكن إلى جانب الهدوء والاستقرار ، **فهو بحاجة أيضا إلى المرونة** التي تساعده على التكيف مع الظروف المتغيرة على نحو مسرف ؛ أى المرونة التى تساعده على تحمل مسئوليات الحياة المستقبلة ، مع القدرة على أن ينعم بحياته معاً •

ولتحقيق هدف" الوقاية خير من العلاج" أيضاً :

يتطلب ذلك من الوالدين والمدرسة والمعلمين **فهماً واعياً لحاجات الطفل النفسية** في كل مرحلة من مراحل حياته ، والعوامل التى تؤدى إلي استقراره ، وتدعيم شعوره بالأمن ، والقبول ، والثقة؛ حتي يمكنه الاطمئنان إلى هذا العالم الكبير من حوله ، وتحمل مسئوليات الحياة بكفاية ونجاح•

(٣) «أعراض الاضطرابات النفسية والسلوكية للطفل»

إن جهل الوالدين بمشاعر أبنائهم وعدم تقدير أحاسيسهم له أثره الخطير على حياتهم ، وهذا يؤدى فى النهاية إلى إصابتهم بالأمراض النفسية والسلوكية أو العقلية أو الانتحار ٠٠ إلخ ٠

تأثير البيئة العائلية :

إن البيئة العائلية تؤدى دوراً مهماً فى توجيه سلوك الابن ومساعدته على أن ينظم دوافعه الوجدانية ، وعلى أن يكتسب العادات الحميدة التى تقوى الخلق. ومن أهم هذه العادات : ضبط النفس ، والخضوع للنظام ٠٠ وغني عن القول أن النظام الذى يفرض على الابن، لابد وأن يكون مشبعاً بروح الإنصاف والعطف والتعاون ٠٠ كما أنه من واجب الوالدين، ولاسيما الأم ، المحاولة دائماً أن يفهم الابن بقدر الإمكان ضرورة الالتزام بالنظام والعمل واحترام القيم والمعايير الأخلاقية ٠

أما التربية العائلية التى تسودها روح التعسف والزجر والاستبداد تؤدى حتما إلى غرس الاتجاهات الشاذة المعوجة ، وإلى تفاقم النواقص الصغيرة التى تشوب سلوك الابن ، والتى كان من الممكن تقويمها بشىء من حسن التدبير والفهم والعناية ٠

فالابن الذى تسوء أخلاقه وينحرف سلوكه عن الطريق السوى هو ، فى معظم الأحيان ضحية بيئته العائلية ، ويعانى من أعراض نفسية وسلوكية بوضوح ، نتيجة التأثير السئ الذى تتركه البيئة العائلية التى يشيع فيها الفساد والشقاء وسوء التدبير ، والتفكك الأسرى ، وكذلك سوء المعاملة فى المدرسة والمدرسين ٠

وفيما يلى أهم أعراض الاضطربات النفسية ، والسلوكية الشائعة بين الأبناء :

١) زيادة أو ضعف النشاط الحركى .

٢) الانطواء وعدم الاندماج مع الآخرين .

٣) الاضطرابات **النفسية** : القلق النفسى ، الاكتئاب ، الوسواس القهرى ، الخوف .

٤) الاضطرابات **السلوكية** : العنف ، العراك ، العدوانية ، العناد، عدم الطاعة ، السرقة ، الكذب ، التخريب ، الهروب ، نوبات الغضب .

٥) اضطرابات **انفعالية** : الغيرة ، الإحساس بالنقص ، وعدم الثقة بالنفس ، مص الأصابع ، وقرض الأظافر .

٦) رفض الذهاب إلى المدرسة .

٧) التأخر الدراسى .

٨) صعوبات النطق ، فقد الكلام .

٩) الغيرة ، الميل إلى إيذاء الغير ، الخوف غير الطبيعى .

١٠) الاضطرابات النفسية البدنية ، المغص المعوى ، الأمراض الجلدية ، التبول اللاإرادى ، التبرز اللاإرادى ، فقدان الشهية ، سقوط الشعر ، الشلل ، فقدان النطق ، الصداع .

١١) الاضطرابات العقلية : الفصام الهوس ، الاكتئاب ، الهياج ، الهستيريا .

١٢) النوبات الصرعية : نوبات صغرى ، كبرى ، نفسية حركية .

١٣) الأمراض العصبية : نتيجة عطب أو انحلال في المركز العصبي بالمخ ، والنسيج العصبي ، وأهمها : الحمي الشوكية ، البلاجرا ، أورام المخ ، شلل الأطفال ، الصرع ، إصابات خطيرة بالدماغ •

١٤) التخلف العقلي : تخلف بسيط ، متوسط ، شديد •

(!) ، علاج المشكلات النفسية والسلوكية للأطفال ،

إن المرض النفسي يحدث نتيجة اختلال التوازن البيولوجي أو النفسي أو الاثنين معاً ؛ مما يؤدى إلى فقدان الفرد القدرة على التواصل في مسيرة الحياة ، من حيث قدرته على التكيف مع الآخرين ، والمراجعة مع نفسه ومدى إنتاجه •

وفيما يلي سوف أوضح الوسائل المختلفة المستخدمة في علاج المشكلات النفسية والسلوكية للأطفال •

(١) محاولة دراسة المناخ الأسرى والتعرف على مراحل نمو الطفل وعلاقته بوالديه والإخوة، مع محاولة تنظيم هذه العلاقة الدقيقة حتي لا يكون الطفل عرضة للاضطراب النفسى ، وتوجيه الوالدين إلى كيفية معاملته ، بعد دراسة ومعرفة العوامل التى أدت إلى ظهور أعراض المرض النفسى والسلوكى •

(٢) دراسة المناخ المدرسى وعلاقة الطفل بزملائه ومدرسيه، وقدراته على التحصيل ، لأنه ربما قد وضع في مدرسة تحتاج إلى مستوى ذكاء أكثر من قدرته ، وبهذا نظلمه بضغوط الوالدين عليه وهو غير قادر على مجاراتهما ، فيبدأ الشكوى من الأعراض السابقة •

(٣) **العلاج النفسى للطفل :** بعد التعرف على أسباب اضطرابه (القلق ، الخوف ، الاكتئاب ، التأخر الدراسى ، الشعور بالنقص ·· إلخ) سواء عن طريق اللعب أو الرسم ، أو الحوار ، للتعرف واكتشاف الصراعات الداخلية له ·

وعلى ضوء معرفة سبب الانحراف ، يتجه العلاج النفسى للطفل ·

(٤) **العلاج الدوائى :** وهو للمساعدة على سرعة الشفاء – وهو صيحة جديدة فى علاج الاضطرابات النفسية للاطفال ؛ إذ يبدو أن المؤثرات البيئية قد تؤثر أحياناً فى هورمونات الجهاز العصبى للطفل ·· وتبدأ حلقة مفرغة يجب وقفها بالعقاقير المضاده للاضطراب النفسى أو السلوكى ، ولكن بكميات تقل كثيرا عما يستعمل للكبار وكذلك هناك أدوية مضادة للصرع بأنواعه ، وهذه تؤدى إلى شفاء المريض من النوبات الصرعية ·

(٥) **التوجيه والإرشاد النفسى للأسرة** (الوالدين ، والأخوة ،) عن كيفية مراعاة النواحى النفسية للابن المريض نفسيا ·

(٦) الاتصال بالمدرسة ، وتوجيه المدرس إلى كيفية التعاون لشفاء التلميذ من الاضطراب النفسى أو السلوكى ·

(٥) الوقاية من الاضطرابات النفسية والسلوكية للطفل :

(١) دور الوالدين : (الأسرة)

الوقاية خير من العلاج ، والوقاية فى حالات الأمراض النفسية والسلوكية قد تكون فى كثير من الأحوال بديلاً للعلاج ·· عوامل الوقاية قد يفيد فى منع حدوث المرض وأعراضه المدمرة ،

ليس فقط فى مرحلة الطفولة بل أيضا فى المراحل المستقبلية ٠
لذلك : فالوقاية مهمة جداً فى مراحل العمر المختلفة ٠

العلاج والوقاية من الاضطرابات النفسية والسلوكية للطفل :

(١) **توفير الصحة الجيدة** للطفل فالعقل السليم فى الجسم السليم ٠

(٢) **العلاقات الأسرية السليمة** بتجنب الخلافات بين أفرادها، ودعم المحبة فيهم ، والمشاركة والتعاون بين أفرادها ٠

(٣) **القدوة الحسنة** فى سلوك الوالدين ، والمعاملة بالاحترام وضبط النفس ٠

(٤) **تجنب القسوة** والعقاب والعنف والألفاظ غير اللائقة لتعديل السلوك ٠

(٥) **غرس القيم الدينية** والروحية ، البعيدة عن التزمت والتعصب ٠

(٦) **تجنب التفرقة** فى المعاملة ؛ أى تفضيل طفل على آخر للوقاية من الغيرة والعدوانية ٠

(٧) تدريب الطفل على **احترام القيم** والمعايير الأخلاقية ٠

(٨) **مشاركة الأب** للأم فى التنشئة للأبناء ، والعمل على توفير السعادة لهم والتضحية من أجلهم ، مع عدم نقل هموم العمل إلى المنزل ٠٠ فيتعلم الأبناء المشاركة ، والتعاون ، والعلاقات الأجتماعية السوية ٠

(٩) مساعدة الأبناء على **الاختلاط** تحت **إشراف** الوالدين ٠

(١٠) التعرف على أعراض الاضطرابات النفسية والسلوكية

والعقلية ، للاكتشاف المبكر والعلاج المبكر •

(٢) دور المدرسة :

(١) أن يكون المنهج الدراسى مرناً ، يتيح للنشاط الذهن قدراً كبيراً من الحرية ، ويعطى فرصة للاختيار فى مجال أوسع وغور أعمق•

(٢) **توفير الخدمات الصحية المحكمة والدقيقة •**

(٣) **الاهتمام بالمظهر العام** للمدرسة عن طريق : تنسيق الملاعب ، واللوحات والإشراف على نظافة المدرسة – وتنسيق لوحات وسائل الإيضاح •

(٤) **تجنب وضع التلميذ** فى عمل يتكرر شعوره به بالفشل•

(٥) **تشجيع التلميذ** على النجاح فى النواحى المختلفة :

الألعاب الرياضية ، القيادة والزعامة ، العلاقات الاجتماعية (الصداقات) ، وإبراز المواهب والهوايات ،والمظهر العام والنظافة ، والمواظبة فى الحضور •

(٦) **المساهمة مع البيت** فى توفير الصحة النفسية للتلميذ عن طريق :

– إلقاء محاضرات وندوات فى التوعية عن كيفية رعاية الأبناء نفسيا (للمدرسين) •

تنظيم ندوات يشترك فيها **الآباء والأمهات والمدرسون** تلقي فيها محاضرات بواسطة المتخصصين لتوضيح الوسائل الخاصة فى كيفية التعامل مع الأبناء لتجنب الاضطرابات النفسية لهم ، وتوضح الطريق الآمن لضمان لهم النجاح حاليا ومستقبلا •

- تنظيم مجالس الآباء بالمدرسة والاهتمام بها •

(٧) للمدرسة وظيفة ثقافية ؛ فهي تهدف تزويد الصغار بالوسائل التى يمكن عن طريقها فهم المجتمع ومؤسساته المختلفة ، وتفتح لهم الطريق لتكوين معان وقيم جديدة من خلال علاقاتهم ببيئتهم •• هذا بالإضافة إلى أنها مسئولة عن ترسيخ العادات والتقاليد ، والأنظمة المرغوب فيها ، والقضاء على المفاهيم والقيم والتقاليد غير المرغوب فيها •

(٨) للمدرسة وظيفة اجتماعية لا تقل فى أهميتها عن الوظيفة الثقافية ، فالمدرسة عبارة عن وحدةُ اجتماعية متنوعة فى بناء شخصية الفرد الاجتماعية إذ بواسطتها يتعلم الطفل كيف يعيش ، ويتعامل مع الآخرين على مستوي غير مستوى الأسرة ، وكيف يتنافس مع الآخرين أو يتعاون معهم ، وكيف يكون اتجاهات جديدة •• تلك الوسائل تعد له العدة ليتعلم كيف يتفاعل مع العالم الخارجى عندما يخرج اليه •

أهمية دور الأسرة والمدرسة فى النمو النفسى للطفل :

- عندما يأخذ الطفل طريقه فى النمو في كل من الأسرة والمدرسة ، فلابد أن يساير هذ النمو واقع الحياة التى سوف يعيشها ويواجهها • وإعداد الطفل إعداداً يكفل له مواجهة واقع الحياة ، إنما هو جوهر تعاليم الصحة النفسية •
- كما أن رعاية الأطفال فى كل من الأسرة والمدرسة مسئولية خطيرة ، لابد أن يضطلع بها كل منهما ، وأن

يحملها بأمانة وإخلاص ، وأن يكون رائده فى تأدية العمل تنشئة هؤلاء الأطفال بطريقة تنتهى بهم إلى شخصية سويه متكاملة . لا إلى تعقيد أو اضطراب نفسى .

من هنا كان من الضرورى دراسة الطفولة بصفتها المرحلة الأولي فى حياة الانسان والتى تتشكل شخصيته من خلالها ، والعمل على إشباع الحاجات النفسية للطفل لوقايته من الاضطرابات النفسية حاليا وستقبلا.

وكذلك إذا فهمت المدرسة رسالتها فهماً واضحا ، وإذا أدرك من فيها حقيقة الصلة بين المدرسة والمنزل من ناحية ، وبينها وبين المجتمع الأكبر من ناحية أخري ، فإنه يمكن أن يهيأ جوها بحيث ينال التلاميذ مراناً كاملاً على الصفات الخلقية التى يحتاج اليها المجتمع ، والتى يشكو عادة من أنها تنقصه .

(٣) دور المعلم :

يعتبر المعلم قدوة لطلابه فهم يعتبرونه مثلهم الأعلى فينتهجون سلوكه . ويهتدون بفكره ، ويسترشدون بنصائحه .. ومن هذا المنطلق يحمل المعلم مسئولية التأثير فى الأجيال العديدة من التلاميذ،الذين يتأثرون بشخصيته .

وفيما يلى الصفات التى ينبغى أن يتحلى بها المعلم لتحقيق العلاج والوقاية من الاضطرابات النفسية والسلوكية للتلاميذ :

(١) **القدوة الحسنة** فى الأقوال والافعال والتصرفات .

(٢) **التحلى باتزان** الشخصية ، خالياً من عوامل القلق وعدم الطمأنينة .

(٣) مراعاة العلاقات الإنسانية ، والغيرة على القيم الخلقية

(٤) مراعاة العدل ، وتجنب التفرقة بين لتلاميذ •

(٥) خلق الجو الصحى الملائم فى تعامله مع التلاميذ •

(٦) مؤمناً برسالته ، والتزامه بالأمانة الكاملة فى جميع المجالات •

(٧) تجنب القسوة والعنف والالفاظ غير اللائقة فى تعديل السلوك •

(٨) محباً للتلاميذ ، ساعياً إلى الإخلاص فى التعامل معهم لفائدتهم •

(٩) مداومة القراءة والتثقيف الذاتى •

(١٠) التعرف على أعراض الاضطرابات النفسية والسلوكية للاكتشاف المبكر ، والعلاج المبكر ، لتجنب المضاعفات•

(٦) متى تعرض طفلك على طبيب نفسى ؟

من المعالم البارزة للمجتمع الحديث انتشار الأمراض النفسية بين جمهور الناس بوجه عام ، وقد ظهرت وانتشرت إلى عهد قريب فى مرحلة ، تكاد تكون خالية من مظهر واضح للاضطراب النفسى فى مرحلة الطفولة •

ويرجع ذلك إلى أن ما أصاب أسلوب الحياة من تغييرات كبيرة سريعة فى السنوات الاخيرة قد انعكس أثره على جو العلاقات داخل الأسرة•

وأن الأساس فى معظم الاضطرابات النفسية ،التى تصيب الأطفال هو شعورهم بعدم الطمأنينة ، ثم الأسلوب الذى يحاولون

بواسطته التخفف من هذا الشعور .

ومن الواضح أن شعور الأطفال بعدم الطمأنينة يرجع إلى خطأ ما فى العلاقة بين افراد الأسرة أو إلى الطريقة التى تتبع فى تنشئة الصغار .

* علم جديد : بناء على هذا كله فقد تبين أنه لا يمكن فهم الحالة النفسية للطفل ، إلا إذا فهمت الجوانب الجسمية والنفسية والذهنية والاجتماعية معاً .

وكان من نتيجة ذلك أن ظهر علم جديد أو بتعبير أدق تخصص جديد هو الطب النفسى للأطفال، الذى جعل هدفه كغيره من فروع الطب الأخرى كما يلى :

١ - اكتشاف وعلاج الأمراض النفسية للأطفال فى مرحلة مبكرة ما أمكن ذلك، وفى هذا فضلاً عن العلاج فى مرحلة الطفولة، وقاية من المرض فى المراحل اللاحقة .

٢ - التوجيه الفردى أو الجماعى إلى أساليب التنشة السليمة ، لتجنب إصابة الطفل بالاضطراب النفسى بقدر الإمكان . وبذلك فإنه من الامور المهمة أن يعرف الناس أن إصابة الطفل ببعض الاضطرابات النفسية فى مرحلة الطفولة المبكرة فى حياته تؤثر تأثيرا شديدا فى نمو شخصيته فيما بعد ؛ فيصبح الاتجاه المنحرف هو الوضع السائد السلوكه المضطرب .

٣ - ومن الملاحظ أنه على الرغم من عرض كثير من الأطفال للعلاج، وهم فى الخامسة أو الرابعة من العمر ، إلا أن مشكلاتهم كانت قائمة منذ فترة طويلة قبل ذلك .. ولذلك ؛ فإن التبكير فى عرض الطفل على الطبيب النفسى للعلاج يجنب كثيراً من مضاعفات التأخير فى العلاج .

* مشكلات خاصة بالأطفال :

يقوم الطب النفسي للأطفال على الأسس نفسها التي يقوم عليه الطب النفسي العام • يختلف فقط في وجود بعض مشكلات خاصة بمرحلة نمو الأطفال :

١ – مشكلة وسيلة التعبير : بالمقارنة مع الراشدين لايستطيع الأطفال التعبير عما يفكرون فيه أو يشعرون به وقت غضبهم • ولذلك فجميع مشكلاتهم حادة لعدم قدرتهم على التعبير عنها : كالسرقة ، والغضب •• وبعض حالات المغص مثلا ، جميعها علامات تدل على عدم شعور الطفل بالرضا وعدم قدرته على التعبير عن ذلك بكلمات •

٢ – مشكلة تعدد الأسباب : ينبغي البحث في الطب النفسي للأطفال عن عوامل متعددة تسبب حدوث اعراض مرض نفسي معين ، بخلاف ما اعتاد الأطباء بصفة عامة في البحث عن عامل واحد فقط تسبب في ظهور المرض •

٣ – استمرار النمو : إن الأطفال في حالة نمو مستمر جسميا وعقليا وانفعاليا ، ولذلك لا توجد حالة ثابتة في حياة الطفل ومقاييسه ، فاتجاهاته في حالة تغير مستمر ، إذ إنه في حالة نمو مطرد جسميا وذهنيا •• وتختلف استجابات الأطفال للاضطراب النفسي الواحد بحسب العمر .

طفل الثالثة يظهر قلقه في استمرار صراخه وهز رأسه، في حين أن طفل السادسة يظهر قلقه في مظاهر الخوف المرضي أو السرقة •

ويضاف الي ذلك أن ظهور الاضطرابات فى جانب من النمو مثلا فى النمو الانفعالى أو الجسمى ، سوف يعوق نمو الجوانب الأخري ، فمثلا :

انفصال الطفل عن أمه في الشهور الأولى مع عدم توفير بديل مناسب له للأم يؤدى إلى تأخره فى النمو الجسمى عامة ٠٠ وكذلك يعوق نموه الانفعالى ٠

ولذلك :

يصبح من أهم الأمور اكتشاف الأمراض النفسية للأطفال فى وقت مبكر ما أمكن ذلك ، وعلاجها بمجرد اكتشافها مباشرة ٠

وعلى الرغم من أن الاضطرابات النفسية يتوقع حدوثها بين الأطفال، إلا أن الآباء فى أغلب الأحيان لا يدركون إلى أى حد يمكن اعتبار سلوك الطفل سلوكا طبيعيا٠ ومتي تبدأ الحاجة إلى مساعدته والإسراع فى علاجه من الناحية الطبية النفسية، وفى كثير من الحالات يحتاج الآباء والأمهات إلى التبصير عما إذا كان الطفل يحتاج فعلا إلى العلاج عند ظهور الاضطراب الانفعالى أو السلوكى أم لا٠

• متى يحتاج الطفل إلى الاستشارة الطبية النفسية ؟ •

يحتاج الطفل إلى الاستشارة الطبية النفسية، إذا ظهرت الأعراض الآتية على الطفل كلها أو بعضها :

١) زيادة أو نقص فى النشاط الحركى ٠

٢) ظهور توتر أو خوف شديد ، وعدم استرخاء الطفل ، واكتئاب ٠

٣) استجابات الطفل بالبكاء ، والصراخ نحو المضايقات ٠

٤) العدوانية ، العناد ، التخريب ، الهروب •
٥) ظهور أفعال متكررة كالاهتزاز إلى الأمام أو الخلف أو غيرها •
٦) الانطواء ، وعدم الإحساس بالسعادة ، وعدم الضحك أو الابتسام•
٧) عدم الطاعة للبالغين مع رفضهم الاستجابة لهم •
٨) كثرة الصراخ ، وفقدان الشهية ، اضطراب النوم •
٩) عدم التحكم في ضبط وظائف الإخراج (تبول لاإرادى – أو تبرز لا إرادى) •
١٠) صعوبات النطق ، مص الأصابع وقضم الأظافر •
١١) التشنجات العصبية (الصرع بأنواعه المتعددة : نوبات صغري ، وكبري ، ومتكررة نفسية حركية)•
١٢) التأخر الدراسى •
١٣) التخلف العقلى بأنواعه (بسيط ، متوسط ، شديد)•
١٤) الأعراض النفسية الجسمية : خاصة آلام البطن ، والقئ، والغثيان ، وما يتلو ذلك من فقد الشهية ، وفقد الوزن •• وهناك كثير من الأطفال يتعرضون لعمليات جراحية، خاصة استئصال اللوزتين ، أو الزائدة الدودية تحت تأثير الاعتقاد بأن آلام البطن سببها هذه الأمراض •

ولكن الآلام تستمر حتى بعد الجراحة ، ويكتشف الطبيب بعد مدة طويلة أن هذه الآلام نفسية، وأن الطفل يعبر عن اضطرابه النفسى من خلال هذه الآلام •

وغالبا ما تبدأ هذه الآلام صباحاً قبل الذهاب إلى المدرسة ، وبذلك تتيح للطفل فرصة التغيب عن المدرسة ، بل وأحيانا تقتصر حدوث هذه الآلام على أيام خاصة ، كأن تحدث فى اليوم الخاص بدرس الرياضة أو اللغة العربية .. إلخ ؛ لأن الطفل يخشى مدرس أو مدرسة هذه المادة .. وهنا يعبر عن استيائه وخوفه وقلقه من خلال هذه الأوجاع .

وأخيرا :

مما سبق نرى أن دور الأسرة ، والمدرسة ، والمدرس فى المجتمع المدرسى فى خدمة الأبناء دور مهم فى تنشئة الأجيال ، ويعتبر العمل المشترك بينهم وخدماتهم التى يقومون بها نشاطاً بناءً من حيث إنه يساعد على توفير الصحة النفسية للتلاميذ ، ووقايتهم من الاضطرابات النفسية والسلوكية ، والعقلية من ناحية:

إنه يمنع الانحراف الصغير من أن يغدو مع الزمن اضطرابا كبيرا .. عن طريق :

١ – الاكتشاف المبكر للاضطراب النفسى أو السلوكى .

٢ – توعية الأبناء بالسلوك القويم .

٣ – التوعية والإرشاد الأسرى إلى كيفية التعامل مع الطفل؛ لوقايته من الاضطرابات النفسية أو السلوكية حاليا ومستقبلا .

٤ – التوعية والإرشاد للمعلم إلى ضرورة التعاون مع الأسرة؛ لعلاج ووقاية التلاميذ من الاضطرابات النفسية أو السلوكية .

■ – العلاج المبكر **للحالات** يساعد على الوقاية مستقبلا .

« أقوال مأثورة •• في الأم »

* « إن ما ينبغى للطفل أن يتعلمه قبل أى شىء ، هو حب الوطن وحب الأم »

جول ميشه

* « إن الأم مصدر عواطفنا الأصيلة »

جمال السجينى

* « الأم مدرســـة إذا أعــددتها

أعــددت شـعبا طيب الأعــراق »

حافظ إبراهيم

* « إن حب الأم لا ينساه أحد•• غذاء بديع يوزعه الله وينميه ، ولكل واحد جزء منه ، وكله لهم جميعا »

فكتور هوجو

* « أمى هى التى صنعتنى بيدها •• هى التى أرضعتنى •• وهى التى أعدت طعامى ، وهى التى لازمتنى فى مرضى •• وهى التى وضعتنى فى فراشى •• وهى التى علمتنى كيف أخطو ولقنتنى كيف أنطق •• إنها صنعت منى هذا الرجل »

إحسان عبد القدوس

* « إنما الأم قطعة من ضمير الله سبحانه ، الرحيم الجميل »

عزيز أباظه

* « من أجل احترامى لأمى ، احترمت كل امرأة مصرية »

الزعيم سعد زغلول

* « كل ما في كيانى من صنع أمى ، ولأمى الفضل فى كل شيء إدركته »

جون كوينسى أدامز

* « هل يوجد في العالم منظر أجمل ولا أحق بالاحترام من منظر أم يحيط بها أولادها ، وتجلب لزوجها حياة سعيدة ، وتحسن إدارة منزلها ولو كان العالم فى كفة ، وأمى فى كفة لأخترت أمى »

جان جاك روسو

* « إن صلوات الأم الصامتة الرقيقة ، لا يمكن أن تضل طريقها إلى السماء » .

هنرى وود ديتشر

* « إن الأم تجمع أبناءها مهما تفرقوا ، فهى رمز الوحدة، وهى كالوطنية أو كالقومية لا تعرف التفرق فى المكان أو الزمان ».

د. عبد الحميد يونس

« الجزء الثاني »

« أمثلة لحالات مرضية تم لها الشفاء بالعلاج »

الفصل الرابع عشر

« أمثلة لحالات مرضية تم لها الشفاء بالعلاج »

المقدمـــة

١ – ابنى كثير السرحان •

٢ – ابنى قلق نفسيا •

٣ – ابنى عنيد •

٤ – ابنى عدوانى •

٥ – ابنتى غيورة •

٦ – ابنى يهرب من المدرسة •

٧ – ابنى موسوس •

٨ – ابنى يمص أصابعه •

٩ – ابنى يكذب •

١٠– ابنتى متعثرة دراسيا •

١١– ابنى منحرف سلوكيا•

١٢– ابنى مضطرب عقليا •

وأخيراً •••

الفصل الرابع عشر
أمثلة لحالات مرضية تم لها الشفاء بالعلاج

المقدمة :

إنى أقدم في هذا الفصل عرضاً لبعض الحالات المرضية التى تصيب أبناءنا نفسياً نتيجة لأخطاء تربوية ، يرتكبها الأهل فى تنشئتهم ، فتترسب آثارها فى قرارة العقل الباطن ، وتظل تكبر بمضى الوقت إلى أن تنفجر فى صورة أعراض نفسية فى حاجة إلى علاج •

وقد أخذت هذه الأمثلة – أى الحالات النفسية التى قابلتنى أثناء ممارستى لمهنتى الطبية النفسية للأطفال– كى أوضح للوالدين أن الاضطرابات النفسية لأبنائهم ، مصدرها الظروف البيئية التى يعيشون فيها ، وأن الوالدين هم أبطالها الحقيقيون ، حيث يرتكبون أخطاء تربوية دون تعمد، فيكون لها أسوأ الأثر على حياة أبنائهم مستقبلا •

وأطفال هذه الأمثلة من مسارات مختلفة •• فيهم الفقير ، وفيهم الغنى ، وفيهم المتعلم والجاهل ، والمتدين والملحد ••لكن كلها تعتبر تصرفات طفولة بائسة محرومة من حقها من الحب والحنان تشردت بعيداً عن الطريق السوى •

ولكن العلاج الطبى النفسى نجح إلى حد كبير فى تعديل السلوك المنحرف ، وساعد على القضاء على الثورات الناشئة بين طبقات عقلهم الباطن فزالت الصراعات، وتغيرت حياتهم إلى حياة

طبيعية متوازنة ، بعد أن أدرك الآباء الطريق الصحيح الذى يوفر الصحة النفسية لأبنائهم، وتجنب كل ما يدمر حياتهم نفسيا واجتماعيا وسلوكيا٠

(١) ابنى ٠٠ كثير السرحان

« إن وجود فجوة فى العلاقات الإنسانية بين المدرس وتلاميذه تساعد على شرود ذهن التلاميذ والسرحان أثناء الدرس »٠

جاءت الأم تشكو من أن ابنها البالغ من العمر تسع سنوات تنتابه نوبات سرحان، مصحوبة باصفرار الوجه يبدو فيها مذهولا، وكأنه فقد صلته فجأة بما كان يقوم به من نشاط ويسقط ما بيده من أشياء وتستمر هذه النوبة عدة ثوان ٠٠ ثم يعود الطفل إلى مواصلة ما كان يقوم به من قبل حدوثها ؛ وكأن شيئا لم يكن ٠

أضافت الأم :

بأن هذه النوبات تتكرر عدة مرات فى اليوم حتي أصبحت معوقة لتحصيله الدراسى وتركيزه فى الدراسة ، مما أدى إلى قلق الأم ، ومجيئها تطلب العلاج لابنها ٠

وهذه الحالة تعرضه للعقاب فى المدرسة ، واتهامه بالسرحان وعدم التركيز في الدرس ٠٠ وكذلك تكررت التقارير التى تفيد بأنه مشتت الفكر ومتأخر دراسيا ٠

بالفحص الطبى النفسى لهذا الطفل ، أكد رسم المخ أنه يعانى من نوع من نوبات الصرع المعروفة **بالنوبة الصرعية الصغرى،** التى يكثر حدوثها بين أطفال المدارس الابتدائية ، والتى تسبب سرحان الطفل لمدة ثوان فى كل نوبة ، مع اصفرار الوجه ٠ ويمكن

علاج هذه النوبات والشفاء منها تماماً إذا تم التشخيص مبكراً والمبادرة بالعلاج.

ولذلك : سوف أوضح كيف تم شفاء هذا الطفل من النوبات، التى كانت سبب فى تأخره الدراسى .

أوضحت للوالدين أن هذا المرض يمكن علاجه بالأدوية ، مع ضرورة الانتظام فى تناولها .. **وبالإضافة للعلاج الدوائى** ومتابعته..

بادرت بعلاج الطفل فى جلسات نفسية، مع التركيز على تجديد الثقة بنفسه ، وتجنبه الإحساس بالنقص .

وقد أرسلت تقريراً للمدرسة بتجنب معاملته بالقسوة والعنف حيث إنه تحت العلاج . وأوضحت أن هذه الأعراض ليست سرحانا من الطفل بل هى نتيجة إصابة بعض خلايا المخ ، وهو يعالج منها حاليا .

بالعلاج والمتابعة والانتظام فى العلاج ، وتوعية الوالدين بكيفية معاملة الابن بضرورة التشجيع والمديح ، وتجنب العقاب والعنف نهائيا ، تحققت نتائج طيبة حيث انقطعت النوبات نهائيا بعد عدة أسابيع من العلاج، وأصبح الطفل قادراً على الاستيعاب والدراسة والتفوق بعد تخلصه نهائياً من النوبات .

وفيما يلى سوف أوضح أسباباً أخرى منتشرة بين التلاميذ تؤدى إلى السرحان وشرود الذهن :

١) سوء طريقة التدريس :

تؤدى إلى ظاهرة السرحان بين تلاميذ المدارس ، وتؤدى أيضاً إلى سلبية التلميذ، فيترتب على ذلك شعوره بالملل ثم

الانصراف عن الانتباه ، فالتدريس الجيد لا يعتمد على الطريقة التلقينية دائماً ٠٠ بل لابد من التنوع ٠

٢) الاستغراق فى أحلام اليقظة دائماً :

ولاسيما بين التلاميذ الذين يعانون من مشكلات أسرية أو نفسية ، الأمر الذى يؤدى إلى الهروب من الواقع المؤلم والاستغراق فى أحلام اليقظة ، والتى تختلف فى مدتها من تلميذ إلى آخر ٠

٣) الإصابة بالنوبة الصرعية الصغرى :

وهى تصيب الأطفال دون البالغين ، وتتلخص فى غياب للشعور يصيب الطفل لمدة ثوان ، ولا يقع أثناءها على الأرض ولايصاب بتشنج ، ولكنه يصاب بحالة يبدو فيها مذهولا ، وكأنه فقد صلته فجأة بما كان يؤديه من نشاط ٠

يصاحب ذلك اصفرار الوجه ، ثم يستأنف نشاطه السابق، وبعد ذلك لا يتذكر شيئاً مما حدث له أثناء النوبة ٠

وهذه النوبات تأخذ الطفل على غرة ، فيتوقف عن تناول الطعام أو الحركة أو التركيز فى المدرسة فتراه ينظر فى الفضاء ، شاحب الوجه ، وقد ترمش جفون عينه أو تسقط رأسه للأمام قليلا ٠ ولكنه لا يفقد توازنه، بل يسقط ما بيده من أشياء ٠ وتنتهى النوبة فجأة فيعود الطفل إلى متابعة ما كان بيده قبل حدوثها ٠

ونظراً لأن هذه النوبات مدتها وجيزة للغاية ، فإنها تمر دون أن يلاحظها الوالدان أو المدرسون أو يعلق عليها الطفل ذاته ٠

وقد يصاب الطفل بعشرات النوبات الصغرى فى اليوم الواحد وكثيراً ما تكون هذه النوبات مصحوبة بنفضات بالعضلات؛ وخاصة عند الاستيقاظ من النوم ٠ وهذه النوبات أشبه ما تكون

بالتشنج الذي يحدث أثناء الصدمات الكهربائية ◦

« التأخر الدراسى والنوبة الصرعية الصغرى »

إن نسبة عالية من الأطفال الذين تؤكد تقاريرهم المدرسية عدم انتباههم وذهولهم ، وشرودهم ، وانحرافهم في أحلام اليقظة أثناء تلقي الدروس في الفصل ،هم في الحقيقة مصابون **بنوبات صرعية صغرى** تعرف « **بالغياب الصرعي** »، ومن الظلم أن نصفهم بالتقصير بسبب تصرفات خارجة عن إرادتهم ◦

والأحري تحويلهم إلى الطبيب النفسي لفحص حالتهم ، ووصف العلاج اللازم لهم ◦

ما علاج ظاهرة السرحان بين التلاميذ والتلميذات ؟

١) على المدرس مسئولية تشجيع تلاميذه على **ملاحظة الأشياء** التى حولهم ونقدها وتحليلها إلى أجزائها وعناصرها؛كي تتفتح عقولهم وحواسهم ،ليتمكنوا من الاستنتاج والتجاوب مع توالى المناقشات مع المدرس خلال الدرس ◦

٢) **على المدرس أن يشرك أكبر عدد من التلاميذ** خاصة فى الدروس العملية ، وأن يمنح الجميع بشتى الطرق الفرصة المتكافئة فى **المناقشات ، والقراءة ، والإجابة ، مع الصبر** عند طرح الأسئلة لسماع أجوبتها بأكبر ما يمكن ◦ ثم التعليق عليها بعد جمع أكبر حصيلة من الافكار ، ومن الإجابات النابعة من قول التلاميذ أنفسهم، بحيث يكون الفصل كخلية من النشاط، الذى لا يسمح بأى سرحان أو انصراف أو تكاسل◦

٣) **يجب توفير العلاقة الإنسانية بين المدرس والتلاميذ** ، لأنه مما يساعد على شرود ذهن التلاميذ وعدم انتباههم ، وجود فجوة فى العلاقات الإنسانية بين المدرس وبينهم لقسوة المدرس أو

جحوده أو لتزمته أو لجهله بفنون طرق التدريس أو لتفضيله لبعض التلاميذ على غيرهم لاعتبارات شخصية، مثل : القرابة أو الصداقة لأولياء أمورهم ، كذلك يكره الطفل المدرس لجهله بأصول التربية وعلم النفس ، وعدم معاملة الصغير على أسس فهم ميوله ، وغرائزه، واتجاهاته النفسية ، أو لتجاهله نشاط التلميذ ، وتحفيزه المستمر أو لضنه عليه بالتشجيع أو لزجره وانتهاره، لو أكثر من التساؤل إشباعاً لغريزة حب الاستطلاع ٠

لذلك : يجب أن تصفي ما يكدر العلاقة بين التلميذ والمدرس، بأن تسير المعاملة بينهما على الأسس التربوية السليمة٠

ولا يلجأ إلى عقاب الصغير ، بل يقنعه بالخطأ ، ويوجهه إلى الوضع السليم ٠

وحينئذ سيعتذر التلميذ ولا يعود إلى خطئه مرة أخري ٠ وقد وجهنا الله تبارك وتعإلى إلى عدم التزمت فى العقاب بقوله ، **لو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك فاعف عنهم ، واستغفر لهم وشاورهم فى الأمر** ، صدق الله العظيم ٠

وبتحسن العلاقة بين المدرس والتلميذ ،تختفي ظاهرة السرحان ، ويستطيع التلاميذ الاستفادة من الدرس بتشوق وحماس وحب للمدرس ٠

٤) تناسب كمية الدرس مع لزمن الحصة :

قد يطول زمن الدرس ، فيحرم التلميذ من الفسحة ومن تناول طعامه فيها ، فيشرد فى الدرس فى ملل ٠٠ ولهذا فلابد أن

تكون كمية الدرس مناسبة لزمن الحصة ، ولا تتعداها ، وأن يكون المنهج موزعاً بحيث تنال كل حصة فيه حظها العادل من البحث والعناية والمناقشة ·

٥) **تناسب الدرس لذكاء التلميذ :**

أحيانا يكون الدرس سهلاً بالنسبة للتلميذ الذكي حيث لا يجد فيه ما يتحدي ذكاءه ، فينصرف عنه إلى أمور يجد عقله فيها بعض الإشباع ، فيشرد بفكره عن الدرس ·· وأحيانا يكون الدرس فوق المستوي الفكري لمقدرة الطفل العقلية لضعفه فينحرف انتباهه عنه إلي نشاط ذهني داخلي في خياله يناسبه ويعيش فيه ·

لهذا لابد من أن يكون الدرس مناسباً لكل مستوى ، ولابد من تفادى الجمع بين الأذكياء ومتوسطي الذكاء في فصل واحد لبعد الشقة في التقارب الذهني بينهما · فالدرس المناسب لذكاء الطفل يدفعه إلى المناقشة والاستنتاج والإيجابية · وهذا يمنحه الثقة بالنفس، فيندمج في العمل والتحصيل ، ويبتعد عن الانطواء الذهني الذي ينتج عنه الإغراق في أحلام اليقظة والسرحان إلى دنيا الخيال·

٦) **تجنب فلسفة المدرس بتعبيرات غامضة :** تجنب اتجاه المدرس أحيانا إلى الفلسفة بتعبيرات غامضة ، يستهين بها الطفل، ويشعر أنها سخيفة ، بل قد يصاب بعقد لجهله بمعاني هذه الألفاظ التي تثير سخطه ، وتباعد بينه وبين المدرس فيفضل السرحان عن التجاوب في الحصة ·· لهذا نؤكد ضرورة

عنصر البساطة، فيما يعطى للطفل من تعبيرات لغوية.

٢) علاج النوبة الصرعية الصغرى :

حين تتوافر فيها المظاهر التى سبق ذكرها . بعرض الطفل على الطبيب النفسى لوصف العلاج اللازم . والتوصية بالانتظام فى تعاطيه حتي تتوقف النوبات نهائياً.

وأخيرا :

على المدرسين والمدرسات بالمدارس الابتدائية . والمشرفات على دور الحضانة ضرورة ملاحظة الأطفال جيدا ، لاكتشاف مثل هذه الحالات ، وعرضها على الطبيب النفسى المختص فى مهدها ؛ فالعلاج المبكر يؤدى إلى الشفاء التام .

(٢) « ابنى ... قلق نفسيا »

الاكتشاف المبكر للاضطرابات النفسية للأطفال تؤدى إلى الشفاء التام والوقاية من الاضطرابات النفسية مستقبلا .

لذلك ..فعلى الوالدين ، والمدرسين ، ومشرفات الحضانة ، ملاحظة سلوك الأطفال جيداً لاكتشاف المبكر للقلق االنفسي للأطفال، وعرضها للاستشارة الطبية النفسية فى مهدها للمساعدة على الشفاء .

جاءت الأم تشكو من حالة ابنها «وائل» البالغ من العمر، اثني عشر عاما **للعلاج الطبى النفسى لأنه كان :**

شديد العصبية – عنيدا – سريع الانفعال – تنتابه نوبات بكاء شديدة دون سبب واضح – عدواً مع أخوته .. وغير قادر على استيعاب المواد الدراسية ، الأمر الذى كان يؤدى فى معظم الأحيان إلى عقابه من المدرسين . ظهرت هذه الأعراض منذ شهرين وهى فى تزايد مستمر .

وبدراسة الحالة تبين :

كان «وائل» طفلا حساسا ، وخجولا ، وقد أفادت الأم أنه لايميل إلى الألعاب العنيفة كالرياضة أو لعب الكرة ، ولكنه كان يميل إلى قضاء معظم وقته فى القراءة . ولا يستطيع مواجهة أى مشكلة لأنه كان يري كل شيء قاتما . كان سريع البكاء ، قلقاً دائماً ولاسيما أثناء وجوده فى المدرسة، وإذا تأخر والداه ليلاً يتوقع حدوث حادث لهما .وعلى الرغم أنه لم يصب بأى مرض جسمى

خطير، فهو دائماً يشكو من صداع ، والآم وعدم قدرة على بلع الطعام الصلب بسبب إحساسه بدخول شيء في حلقه، وهو حساس بطريقة خاصة نحو الضوضاء بطريقة مبالغ فيها ٠

الأعراض الحالية :

تبين أنه كان يعاني من العصبية والتوتر ، حاد المزاج ، سريع الانفعال ، تنتابه نوبات بكاء دون سبب واضح ، فقد ثقته بنفسه لدرجة أنه لا يستطيع إنجاز أي شيء مثل أخيه ٠٠ غير قادر على التركيز في الدراسة،كثير الغياب عن المدرسة ، يبكي أحياناً بصورة هستيريا ٠٠ وفي إحدى المرات حاول ابتلاع عدد من الأقراص سبق أن قررها أحد الأطباء لعلاجه ، اعتقاداً منه أن كل الناس ستستريح منه إذا اختفى من الحياة ٠

ينام مضطربا لدرجة أنه يقضي الليل مستيقظ ، تدهور مستواه الدراسي وتنتابه نوبات قلق وخوف بصورة متكرره ٠

وباستمرار دراسة حالة وائل تبين أن :

والدا وائل تربطهما صلة قرابة ، وكانت الأم في طفولتها عصبية وعنيدة ، وتعامل معاملة سيئة من والديها ، وزادت عصبيتها بعد الزواج لعدم التوافق بينها وبين زوجها ٠

كان والد رامز يعاني من ارتفاع في ضغط الدم ، ويشكو أحيانا من القلق والتوتر والعصبية المبالغ فيها ٠٠ فكان يصب جام عصبيته وتوتره على رأس «وائل» بسبب تأخره الدراسي ، وعدم التزامه بالتحصيل ٠٠ وتنتاب الأب أحياناً نوبات هياج ، ويلجأ إلى ضرب الأبناء إذا حاول أحدهم معارضته ٠

كانت الأم عنيفة دائما مع «وائل» لا تمنحه الحب أو الحنان ، ولا تقدر مشاعره.. بل كانت دائماً تقارنه بإخوته الأسوياء الذين يتقدمون في دراستهم ولا يسببون لها المتاعب مثله ، ولاسيما من تكررار شكوي المدرسين بالمدرسة لعدم التزامه بالدراسة ٠

بالفحص الطبي النفسي على وائل :

تبين أن ملامح وجهه تدل على الحيرة والقلق والاكتئاب ، والخوف . كان يتكلم بصوت منخفض متردد على وتيرة واحدة يشكو من المدرسين في المدرسة ، كانوا يستعملون العنف والقسوة والضرب ٠٠ ومن والديه اللذين دائما على خلاف يعاملانه دائماً بالضرب والعنف وعدم التفاهم٠٠ فأصبح يعاني من الخوف ، والقلق دائماً سواء في البيت أو المدرسة ٠٠ الأمر الذى أدي في النهاية إلى الكراهية الشديدة تجاه المدرسين والدراسة والمدرسة . وكذللك المنزل حيث لا يجد فيه الراحة النفسية في أى منهما . مما دفعه إلى التفكير في التخلص من الحياة ٠

مما سبق نري أن هذا الابن كان يعاني :

من حساسية مفرطة ، وضغوط نفسية شديدة في الأسرة . وفي المدرسة ، ومن سوء معاملة في البيئتين، دون أن يجد من يستطيع أن يقدر مشاعره وحساسيته ويساعده على التخلص من الإحساس بالقلق والخوف والاكتئاب الذى كان يعاني منه ،كما أدي ذلك إلى عدم قدرته على التحصيل الدراسي والمواظبةعلى الدراسة٠

إن الضغوط النفسية لها تأثير خطير على الأطفال، حيث تؤدى إلى القلق النفسي ، والخوف في الطفولة ٠ والقلق النفسي في

الطفولة هو الاستجابة الانفعالية لمواقف تعرض الطفل لخطر بدنى أو نفسى ، أو قسوة فى المعاملة ، وحرمان من الحب والحنان والعطف ·· لأن بعض الأطفال ينفعلون بصورة مبالغ فيها عند تعرضهم لهذه المواقف ، والضغوط المختلفة التى لا يستطيعون التغلب عليها ·

بالعلاج الطبى النفسى لوائل :

قمت بعلاج هذا الابن باستعمال الأدوية المهدئة لقلقه النفسى، وبالجلسات النفسية لإعادة الثقة بنفسه ، وإزالة إحساسه بالنقص والخوف والقلق ·· يضاف إلى ذلك توجيه وإرشاد الوالدين إلي كيفية معاملة وائل بالتشجيع والمديح ، وتجنب العنف والقسوة فى معاملته ، ولجأت إلى وصف بعض الأدوية المهدئة للوالدين لتجنب العصبية والتحكم فيها ·

وبعد فترة قصيرة من العلاج للابن والوالدين أمكن تحقيق الشفاء لوائل ،ولاسيما بعد أن لجأ الوالدان إلى المدرسة ، وتوصيتهم بحسن معاملته ، وتشجيعه لإعادة ثقته بنفسه ·· وفعلا حدثت الاستجابة المدرسية ·

كان وائل أثناء العلاج يظهر استجابة سريعة ،حين وجد من يفهمه ويساعده على التغلب على ضغوطه النفسية الداخلية، ولاسيما فى مجال التحصيل الدراسى؛ الأمر الذى أدي إلى إبراز النواحى الطيبة به ، واكتشاف المواهب التى كانت كامنة داخله ، وظهرت أثناء الجلسات النفسية منها : حب القراءة ، وتفوقه فى الرسم حيث كان يلجأ إليه للتعبير عما بداخله ·

وبعد الفترة القصيرة ·· أصبح وائل فى حالة نفسية مستقرة

قادراً على الاستيعاب والتحصيل الدراسى • واختفت أعراض القلق النفسى ، والخوف ، والتوتر ،وتجاوب مع إخوته وزملائه ووالديه بحب واطمئنان، لأنه بدأ يشبع نفسيا بالحب من والديه ، بعد حرمانه فترة طويلة منه •• فالحب للطفل هو الغذاء النفسى الذى من خلاله يستطيع يحيا حياة هادئة ، مستقرة ، ناجحة ، يحقق فيها أهدافه ، وينقل هذا الحب إلى الآخرين •

التعليق :

توضح هذه الحالة التى ذكرتها بأن بعض الأطفال لديهم شخصيات حساسة مرهفة لا تستطيع مقاومة الضغوط النفسية التى يقابلونها فيستجيبون لهذه الضغوط بطرق مختلفة، **تتوقف على عدة عوامل ، مثل :**

التكوين الداخلى للطفل ، وتجاربه السابقة فى الحياة ، وعلاقاته بالمحيطين به ••فإذا كان الطفل ذا شخصية قوية يستطيع أن يقاوم ضغوط الحياة بثبات والتغلب على كل هذه الضغوط •

أما إذا كان الطفل ذا شخصية حساسة وضعيفة نتيجة لضعف فى الجهاز العصبى المركزى، فسوف يكون دائماً فى حالة مضطربة وقلقة ، ويستجيب حتى للضغوط النفسية البسيطة باضطرابات نفسية مصحوبة بأعراض بدنية •

ومن الاستجابات الانفعالية الناتجة عن تعرض الأطفال للضغوط النفسية ما يعرف **بالقلق النفسى :**

وسوف أوضح فيما يلى ما هو القلق النفسى ، وأعراضه ، وأسبابه ، وعلاجه •

* **ما القلق النفسى :**

هو حالةمن التوتر المصحوب بالخوف ·

* **أنواع القلق النفسى :**

١) **قلق نفسى طبيعى** : أى الذى ينتج عن مشقة خارجية واضحة ، ومقدار القلق هنا مناسب لمقدار المشقة ، ويزول بزوال السبب·

٢) **عصاب القلق :**

أو القلق النفسى المرضى ، أى الذى يرجع إلى الضغط النفسى الداخلى ولا يزول بزوال السبب ، ولكن يحتاج إلى العلاج الطبى النفسى ·

٣) **القلق النفسى الثانوى :**

أى الذى يصاحب الأمراض النفسية الأخري أو الأمراض البدنية · وبالشفاء من المرض الأصلى يزول القلق النفسى ·

أعراض القلق النفسى :

* **أعراض نفسية** : مثل الشعور بالقلق والخوف أو الإضطراب ، أو عدم القدرة على سماع صوت مرتفع أو الجلوس فى ضوء قوى · وكذلك سرعة الغضب والعصبية والأرق ، ويصاحبه فى معظم الأحيان بالاكتئاب ·
* **أعراض جسمية** : مثل سرعة ضربات القلب ، سرعة التنفس· اصفرار الوجه والعرق أو القئ، أو اضطراب الدورة الشهرية عند السيدات ، وارتعاش اليدين·

إذا زادت الأعراض الجسمية زيادة كبيرة، تسمي الحالة مرضاً نفسياً بدنياً ·

أعراض القلق النفسي في الطفولة :

(أ) أعراض مباشرة :

- يشكو الطفل من الإحساس بالضيق أو الاختناق والعصبية ، والبكاء ، وفقدان القدرة على التحكم في انفعالاته ٠
- **أعراض فسيولوجية :** مصحوبة بزيادة في نشاط الجهاز العصبي ،منها :

زيادة في عدد مرات التبول ، وأحيانا تبول لاإرادي ليلى ٠٠ إسهال ، قئ ، اضطراب النوم ٠ **فقدان الشهية للطعام** ٠٠ ومع ذلك ليس هذا هو الوضع الدائم ، **فالشهية النهمة** أحياناً تكون مصاحبة للقلق النفسي في الطفولة ، وتؤدي إلى البدانة الشائعة أيضاً في مثل هذه الحالات ٠

وهذه الأعراض الفسيولوجية يمكن أن تكون السبب المباشر لطلب العلاج ٠

(ب) أعراض غير مباشرة :

* يكون الطفل **فاقد الثقة بنفسه** ، ومعتمداً على الآخرين ، وكثير البكاء ٠
- أحيانا يكون سلوك الطفل مصحوباً **بالعناد** ، **والعنف** ، **والعدوانية والتخريب** ٠٠ فيعاقب من والديه بقسوة ، فيزداد العناد واضطراب السلوك ؛ الأمر الذي يؤدي أحياناً إلى سلوك انحرافي كالكذب ، والسرقة ، والهروب، أو زيادة العدوانية ، وكثرة الحركة، أي يكون غير مستقر ٠
- الأمر الذي يؤدي إلى اضطراب التحصيل الدراسي ، ويكثر الغياب لأسباب شكاوى بدنية، أو يكون الطفل في حالة

هياج شديد لتنافسه مع آخرين .

■ **أعراض نفسية بدنية :**

كالصداع . والمغص ، والتبول اللاإرادى ، والقئ .. إلخ .

أسباب القلق النفسى فى الطفولة :

بمضى الوقت تدخل فى حياة الطفل أمور كثيرة تثير فى نفسه القلق ، وتستطيع الأم الفطنة أن تلمح تعبير القلق على وجه طفلها فتحاول أن تعرف السبب ، وتحاول تجنبه أو معالجته .

وفيما يلى **أكثر الأسباب شيوعا لقلق الطفل .**

(١) **التهديد المستمر للطفل :** عن طريق سماعه التهديد الذى يوجه إليه بإسراف كلما أتي عملاً لا يرضي عنه الوالدان ، حيث إنهما يظنان مع الأسف أنهما يختصران الطريق فى تنشئة أطفالهما بالتهديد عن طريق تزويدهم بالعبارات التى تحمل معني التهديد ، والتى يظن الكبار أنها تؤدى إلى النتيجة المرجوة منها عن طريق ماتثيره فى نفس الطفل من خوف .

مثال ذلك : إذا فعلت كذا فلن أحبك ، أو سأرميك فى الشارع .. وما إلى ذلك من العبارات، التى تكون نتيجتها أن تمتلئ نفس الطفل بالخوف . والقلق .

(٢) **تكرار تعرض الطفل لمواقف الخوف والقسوة والعنف :** فيصبح القلق النفسى للطفل والخوف من مكونات شخصيته .. ويحدث ذلك عندما يكون أحد الوالدين

قاسياً أو كارهاً للطفل ، يعاقبه دائماً ، يهدده كثيراً لدرجة تجعل الطفل فى خوف وقلق مستمر ؛ نتيجة العنف والقسوة من الوالدين العصبيين •

(٣) إذا كان أحد الأبوين مصاباً بالقلق النفسي :

ينتقل القلق إلى الأطفال نتيجة لتصرفات الأب أو الأم المضطربة •

(٤) إذا تعرض الطفل لصعوبات متكررة فى الحياة ، أو فشلاً متكرراً :

دون أن يجد من يساعده ويوجهه ويشجعه •• كل هذا يؤدى إلى شعور الطفل بالقلق حتى تزول الأسباب

(٥) الاختبارات والامتحانات المدرسية الصعبة :

وسوء معاملة الأطفال من المدرسين فى المدرسة تعرضهم للعنف والضرب والعقاب •

(٦) مغادرة الأم للمنزل يوماً كاملاً وترك أطفالها بمفردهم•

(٧) تغيير المدرسة أو دخول المستشفي •

علاج القلق النفسى فى الطفولة :

يستطيع كثير من الأطفال تحمل مستويات عالية من القلق النفسى دون أى تغيير فى السلوك والمشاعر •• ومع ذلك فهناك أطفال تكون قدرتهم ضعيفة على تحمل الضغوط النفسية ، وهذا يتوقف على تكوين الطفل الداخلى وتجاربه السابقة فى الحياة وعلاقاته بالمحيطين به •

فالطفل الذى يعانى من أى إعاقة ،كأن يعانى مثلاً من

ضعف الجهاز العصبى المركزى ، سوف يكون مائلا إلى التعرض للضغوط النفسية والاعتمادية على والديه؛ الأمر الذى يسبب له القلق والتوتر النفسي له وللمحيطين •• لذلك يكون ضرورياً حينئذ محاولة مساعدته •

■ تفهم الموقف ضرورى جداً •• لمعرفة أسباب القلق النفسى للطفل • فالضغط التعليمى المبالغ فيه ، أو وجود شقيق معوق ، أو إصابة أحد الوالدين بالاكتئاب أو القلق •• كل هذا يؤدى إلى قلق الطفل نفسيا •

والعلاج يتجه نحو تقييم البيئة المحيطة بالطفل ، وتقديم النصيحة التى تساعد على تخفيف الضغوط النفسية على الطفل •

◆ ويتوقف مساعدة الطفل القلق إلى حد كبير على التغلب على الصعوبات، التى يتعرض لها حسب سنه :

– فإذا كان عمره يسمح بالتعبيرعن نفسه • فيمكن علاجه عن طريق العلاج النفسى له والتحدث مع الطبيب النفسى عن مشكلاته التى يعانى منها والعمل على مساعدته •

– أما إذا كان سنه لا يسمح بذلك فيكون العلاج باللعب أو الرسم للتخلص من قلقه من خلال هذه الوسائل، التى ثبت نجاحها فى العلاج •

ويصاحب ذلك عادة : توجيه وإرشاد الوالدين إلى كيفية التعامل مع الابن القلق نفسيًا ؛ لمساعدته على التخلص من أعراض القلق النفسى •

– يضاف إلى ذلك من وسائل العلاج استخدام بعض الأدوية المهدئة التى تساعد على التهدئة ، والتخلص من صراعاته الداخلية، فيستعيد ثقته بنفسه وقدرته على التحكم، والسيطرة على انفعاله وعصبيته تحت إشراف الطبيب النفسى للأطفال •

■ دور الوالدين لوقاية أبنائهم من القلق النفسى :

إن الوالداين هما المسئولان إلى حد كبير عن إحساس أبنائهم بالقلق النفسى والخوف والتوتر؛ لهذا كان من الضرورى أن يعملا على وقاية أبنائهم من القلق النفسى، فالوقاية خير من العلاج خصوصا أن بعض حالات القلق النفسى فى الطفولة قد يؤدى إلى اضطرابات نفسية وعقلية مستقبلاً •

وفيما يلى دور الوالدين لتجنب إصابة أبنائهم بالقلق النفسى :

(١) العمل على **توفير كل ما هم فى حاجة إليه من** : محبة، واهتمام ، ورعاية وعطف ؛ حتى تشبع فيهم حاجتهم النفسية ، وتشعرهم بالأمن ، والاطمئنان الذى هو حجر الزاوية فى القضاء على القلق النفسى ، والخوف ، والتوتر ، والعصبية •

(٢) على الوالدين أن يمنحوا أبناءهم الحب المستنير الواعى وأن يكونوا مرشدين فى أسرتهم ، وأبوتهم فيمنحو الحب والحنان والحماية دون إفراط أو تفريط ؛ كى تكون لديهم الفرصة للاعتماد على أنفسهم ، والثقة بها دون خوف أو قلق •

(٣) العمل على مساعدتهم على فهم ما يحيط بهم من المواقف، المشكلات التى تتطلب منهم حلا • وكثيراً ما يعجزون عن

التكيف لقلة خبرتهم بالحياة ؛ لأن الطفل قد يخاف موقف بجهله، ثم لا يلبث أن يألفه ويزول خوفه منه بعد أن يفهمه.

(٤) العمل على تشجيع الأبناء على أن يثقوا بأنفسهم ، وعلى أن يواجهوا مشكلات الحياه بشجاعة وواقعية .

(٥) في حالة ملاحظة أن أحد الأبناء يعاني قلقاً يشعره بالألم والاكتئاب ، ويؤدي إلى عرقلة كفايته الإنتاجية ، ينبغي طلب الاستشارة الطبية النفسية بصورة مبكرة ،قبل أن يستفحل الأمر ويزداد القلق ، ويتعقد ويصعب علاجه .

وأخيرا أيا كانت الصورة التي يعبر بها الطفل عن قلقه النفسي :

فإنها تعبير عن حاجته إلى الحب والحنان والعطف والرعاية، وأية محاولة لعلاج الصورة الظاهرة للقلق بعيداً عن مدلولها الحقيقي فإن مآلها الفشل .

والعلاج المجدي الصحيح هو إعطاء الطفل الحب بسخاء ، وإشعاره بأنه موضع التقدير ، والقبول ، وإتاحة الفرصة له لكي يكون آمنا سعيدا .

(٣) « ابنى •• عنيد »

إن عالم الصغير يختلف اليوم عن عالمه بالأمس ، هو فى ذلك إنما يساير الزمن فنحن نواجه مشكلات لم يكن لأجدادنا عهد بها من قبل •• لذلك وجب أن تختلف نظرة آباء اليوم عن نظرة آباء الأمس بصدد حقوق الطفل ومشكلاته ، فإذا ما أتى الطفل عملا .. أثار غضبهم • عليهم أن يبحثوا وراء مظاهر هذا السلوك لتلمس دوافعه ، حتى يتسنى لهم اختيار الأسلوب الذى يعالج المشكلة من الأساس •

وفيما يلى مثال يوضح ما أقصد :

كان الابن الأول الذى رزق به والداه فاستأثر فى خلال سنواته الأولى من عمره بغاية حبهما وحنانهما وبفضل يسرهما المالى ودخلهما الوفير، تنعم بكافة ألوان الرخاء والرفاهية •• ولكن هذا العهد الذهبى لم يستمر •

كان طفلا جميلا فى السادسة من العمر، فى منتهى الصحة والنشاط والمرح ، وسيمًا للغاية مدللا ، يحيطه الكبار بحبهم • ويكثرون بإطرائه • يقضى معظم وقته مع الكبار • ولا يختلط بأطفال فى سنه إلا نادرا •

كانوا يسكنون منزلا مستقلا ، وكان قليل التزاور مع الأقارب، لا يتزاورون حتى مع الجيران ، لأن الوالدين كانا يعملان وليس لديهما وقت للتزاور أو الاختلاط بآخرين •

تتصف الأم بأنها شديدة الحزم مع ابنها ، وعودته منذ الطفولة أن يطيع الأوامر دون مناقشة • ممنوع من الانخراط فى

المرح والجرى بحجة أن هذا السلوك غير حميد ، كان محروماً من ممارسة الأنشطة الاجتماعية المدرسية، التى تجري عادة فى نطاق المدرسة وخارجها : مثل الرحلات ، والحفلات خوفاً عليه من الانحراف فى السلوك حسب اعتقاد الأم • فأصبح هذا الابن يعانى من الحرمان والاستمتاع بما يتمتع به زملاؤه ؛ حسب رغبة الأم •

وتدريجيا ، بدأ الابن يظهر عناده، ويرفض ما تطلبه منه والدته بعناد وإصرار وعدم الخضوع لأوامرها وتعليماتها •• فاستاءت الأم من تصرفاته وعناده وعبرت عن ذلك بضربه وحرمانه من أشياء تعرف أنه يحبها •• كذلك ثار الأب غضبا إلى حد دفعه إلى ضربه ضرباً قاسياً •

أخذت الأعمال المثيرة للغضب تتكرر من الطفل • فيتكرر معها استياء الوالدين كل على طريقته ، ولكن على غير جدوى • والطفل لم يرتدع بل أخذ يتمادي فى أعماله المثيرة ، وتغيرت أخلاقه فاصبح شرساً ، عنيداً مكابراً لا يخضع للأوامر ولا يحترم رغبات الكبار ، بل كان يأتى بأعمال تثير غضب والديه •

وأصبح بمرور الوقت لا يهتم بأية مطالب ، ولا يبالى بأى توبيخ • ويرفض بإصرار وعناد عدم إجابة طلبات الأم واوامرها وتوجيهاتها مما أزعجها لدرجة كبيرة ؛ الأمر الذى أدى إلى عدم اهتمامه بالدراسة، وتأخره فى التحصيل الدراسى ، وتكررت شكاوى المدرسين بالمدرسة من عناده ، وعدم تجاوبه للتعليمات المدرسية•

وأخيراً لجأت الأم للمشورة الطبية النفسية للعلاج خوفاً من

تمادى هذه الظاهرة واستفحالها؛ مما يؤدى فى النهاية إلى انحراف سلوكه، وعدم القدرة على التحكم لوقف سلوكه المنحرف مستقبلا حين يصل إلى فترة المراهقة •

وبدارسة الحالة :

تبين أن الأم كانت فى منتهي الحزم والقوة ، وعدم المرونة فى معاملتها للابن، تتعامل معه بأسلوب صارم كله أوامر وتهديد ووعيد ناسية أن الطفل - وأى طفل - يعتبر سلوك الوالدين قدوة للأطفال فى أسلوب تعاملهم مع الموقف، فلا غرابة عندما يقلد طفل أباه وأمه فى سلوكهما •

إن الطفل فى هذه الحالة لجأ إلى العناد والتصميم والعزم ، تماما كالأم التى تتبع التصميم فى إطاعة أوامرها فى سلوكها مع ابنها •

وقد اقتنع الطفل بهذا السلوك – أسلوب الأم – لدرجة العناد يجعله يتقبل أى نوع من العقاب فى سبيل تنفيذ ما في ذهنه لإثبات وجوده ، وللدفاع عن هذا الوجود فكيف نتوقع من الطفل الطاعة وعدم العناد ، وكل حركاته وسكناته تتحكم فيها الأم بالأمر والنهى وعدم التفاهم أو الحوار البناء معه ؟

وبعد دراسة الحالة :

أوضحت للوالدين الظروف التى أدت إلى إصابة الطفل بالاضطراب النفسى الذى ظهر فى صورة : العناد ، وعدم الطاعة •• أوضحت لهما الأخطاء التربوية التى ارتكباها فى حق الابن • وقمت بتوجيههما إلى كيفية التعامل معه ، وإعادة ثقته بنفسه

وإحساسه بالانتماء إلى الأسرة ، منحه الحب ، الحنان ، والعطف ، والتفاهم، والحوار البناء ، بعيداً عن إصدار الأوامر والعقاب ، والإهانة ، الضرب ٠

وبعد فترة من العلاج للطفل وتوجيه الوالدين :

بدأ سلوك الطفل يعتدل ، وتوقف العناد ، والأعمال المثيرة ، والمشاكسة ٠٠ وبدأ المدرسون بالمدرسة يلاحظون التغير الواضح فى سلوكه ، وأصبح محبوبا من الجميع فى المدرسة ، وفى البيت نتيجة العلاج ، وتجاوب الوالدين للإرشاد النفسى ، واتجاههما إلى تشجيعه وإشباعه بالحب والعطف ٠ والاهتمام برعايته النفسية والسماح له بالمشاركة فى الأنشطة الاجتماعية المدرسية المختلفة التى حرم منها فترة طويلة٠

التطبيق :

هذه قصة طفل تحدث أمثالها فى كثير من الأسر ٠

وسوف أوضح الأخطاء التربوية التى ارتكبت فى حق هذا الطفل

١ – **إغراق الطفل بالاستجابة إلى كل طلباته فى طفولته** الأولى دون حساب ، واعتقاد الوالدين بأنه يكفى أن يوفر له الغذاء والنظافة والملبس ٠٠ دون إحساسهما بأن يوفرا له الطمأنينة النفسية التى يستمدها من شعوره بالحب من والديه ، واهتمامهما به نفسيا ، وتقديرهما له ٠

٢ – **تصميم الوالدين** باستمرارهما باصدار الأوامر والنواهى للابن ، وتهديده بالعقاب والوعيد إذا استمر فى عناده ٠٠

دون تقدير لمشاعره الحساسة .

٣ – **التجاء الوالدين إلى القسوة والعنف والضرب فى** معاملتهما له دون محاولة لفهم حاجاته النفسية من : حب ، وحنان، وعطف ، واحترام ، وتشجيع ٠٠ إلخ ٠

٤ – **التجاء الوالدين إلى تحريض المدرسين بالمدرسة على** عقابه ، وضربه عند تقصيره أو سوء سلوكه أو عناده ٠٠ الأمر الذى أدي فى النهاية إلى إحساس الطفل بأنه مكروه من الجميع، وبأنه لا ينتمى إلى أحد ، ولا أحد ينتمى إليه ، مما أدي فى النهاية إلى استمرار عناده وكراهيته للبيت وللمدرسة ٠

■ – على الرغم من تكرار سلوك الابن غير المرضي والتجائه إلى العناد والمشاكسة وأحيانا إلى التهديد ، الأمر الذى أدي إلى نفاذ صبر الأم والأب ، لم يهتم أحدهما بسؤال نفسه أو سؤال الآخر ٠ تري لماذا يتعمد الطفل العناد ٠٠ والمشاكسة ، وعدم الطاعة ؟

هذا السؤال لم يخطر على بال أحدهما ٠

■ **هل عناد الطفل ظاهرة مرضية ؟**

إن هذا الطفل يتحدي البيئة المحيطة به ٠ والأطفال جميعاً يمرون بفترة من عمرهم يميلون فيها إلى إثبات الذات ٠ وإحدي الوسائل لإثبات الذات عندهم هو العناد ، وتحدى الأسرة والمحيطين به ٠ ويمكن أن تقرر أن الطفل الذى لا يمر بفترة إثبات الذات ،التى يثبت فيها شخصيته هو طفل غير سوى .

والعناد خصوصاً غير المبالغ فيه مرحلة من مراحل النمو

النفسي للطفل ،يساعد الطفل على استقلاله واكتشافه لنفسه ، وأنه شخص له ذات مستقلة عن غيره، وهذا الاكتشاف يكسبه صفات الفردية ، والشجاعة والاستقلال ٠

وبمرور الوقت يكتشف الطفل أن العناد والتحدى ليس هما الطريق السوى لتحقيق مطالبه ، وللأخذ والعطاء مع الكبار بما يحقق له الرضا عن ذاته ، ورضاء الكبار عنه فيتعلم العادات الاجتماعية السوية في الأخذ والعطاء ٠ويكتشف أن التعاون والتفاهم يفتحان له آفاقاً جديدة في التوافق والخبرات والمهارات الجديدة، خصوصا لو كان الوالدان يعاملان الطفل بشيء من المرونة ويؤمنان بالتفاهم مع الحزم المقرون بالعطف ٠

ينتقل الطفل تدريجياً من مرحلة العناد والتحدى إلى مرحلة الاستقلال النفسي في الفترة من الرابعة إلى السادسة من عمره ، وكلما كان الوالدان على درجة معقولة من الصبر والتعاون والفهم لنفسية الطفل في كل مرحلة من مراحل عمره المختلفة ، ساعدا على اجتياز الطفل مرحلة العناد بسهولة ، والعكس بالعكس ٠

فالوالدان اللذان يبالغان في الحزم واصدار الأوامر والنواهي ، والقسوة والعنف في سبيل تحقيق هذه الأوامر قد يثبتان في الطفل أسلوب العناد والتحدى لإثبات هذه الذات ،فيعوقه ذلك عن التقدم واكتشاف الطرق السوية لإثبات ذاته ، والتخلى عن الأساليب الطفلية للشعور بالسيطرة والاستقلال الذاتي ٠

لذلك ،

فإن البيئة لها أكبر الأثر في التأثير على شخصية الطفل

ودرجة نمائه.

وأخيرا على الآباء والأمهات :

أن يكسبا طفلهما إلى جانبيهما عن طريق التقدير والتفاهم ، وتجنب استخدام أسلوب التهديد والتحدى ، فهذا الأسلوب يؤثر على العلاقة بينه وبينهما .. تلك العلاقة التى يجب أن تقوم دائمًا على أساس من الاحترام والتفاهم المتبادلين، حتي لا يكون هناك عناد أو تحد أو احتجاج من جانب الطفل حتى يدرك أن والديه دائما هما مصدر حنانه وراحته فيركن إليهما ويستجيب إلى توصياتهما ، وخبراتهما ويقبل عليهما برضى .

فلنتفهم أطفالنا ، ونساعدهم ، ونقدر مشاعرهم ،ونوجههم فى رفق ونساعدهم على عبور نهر الحياة فى أمان واطمئنان ، ويوفقوا فى حياتهم فنسعد بهم ، ويفخر الوطن بأعمالهم .

فلنعطيهم الحب ، فإن فاقد الشيء لا يعطيه ، وليكن حبنا لهم حب العطاء لا الأخذ .. حب التضحية والبذل الذى ننسي فيه أنفسنا دائما حتي نمهد لهم السبيل ليكونوا الأفراد الذين نود ويود الوطن معنا أن يكونوا أفراداً سعداء ومنتجين .

(٤) « ابنى ‥ عدوانى »

الجو العائلى الهادئ الذى تسوده روح المحبة يعطى المراهق شعورا بالأمن والثقة بالنفس ·

جاءت الأم تشكو من أن ابنها بالفرقة الثانية الإعدادى كان يعتدى على الطلبة بمدرسته بشراسة بالضرب والعض · وكان لايخشي العقوبات التى يمكن أن تترتب على سلوكه من جانب المدرسين أو من جانب ناظر المدرسة ·

وكذلك : كان فى الأسرة يهاجم ويعتدى على إخوته بالاتجاهات العدوانية نفسها· وكان كذلك يتعرض للعقاب الشديد من والديه ‥ ومع ذلك لم يتوقف سلوكه ·

وبدراسة الحالة :

تبين أن والدى هذا الفتى كانا يبديان التفضيل والحنان لأخته الصغري‥ لقد كان ميلاد تلك الأخت الصغري بمثابة صدمة هزت كيان الأبن الأكبر إذ بدأ الاهتمام يوجه إلى المولودة الجديدة ‥ وانتقل الحب والرعاية والاهتمام إلى الطفلة الجديدة · ولم يعد من نصيبه سوى الإهمال والتوبيخ على كل تصرف يصدر عنه لايعجب والديه ·

* كان يفرغ شحناته الانفعالية فى المدرسة باتخاذه الضرب والعض ذريعة ينتقم بها من كل التلاميذ ‥ دون قدرة على التوقف من هذا السلوك ؛ الأمر الذى أدى إلى كثرة الشكوى من التلاميذ والمدرسين من سلوكه·

وبدراسة الحالة : تبين أن عدوانية هذا الابن ترجع إلى الغيرة التى كان يعاني منها نتيجة اهتمام الأسرة بالابنة ، وتوقيع العقاب عليه لأتفه الأسباب دون إدراكهم أن التفرقة فى معاملة الأبناء تؤدى إلى الاضطراب النفسي والإضطراب السلوكي، الأمر الذى يحتاج فى النهاية إلى العلاج •

■ قمت بعلاج هذا الابن : بالجلسات النفسية ، وبعض الأدوية المهدئة ، مع توجيه الوالدين إلى كيفية معاملة الابن ، بتوفير الاهتمام والرعاية والعطف والحب ، ومنحهما له بسخاء بعد حرمان طويل حطم نفسيته ، وخلق الدوافع العدوانية فى داخله •• وبتعاون المدرسة مع الأسرة فى إبداء العطف والتفاهم والتشجيع ، وتجنب العقاب والقسوة ، لم يمر شهر من العلاج حتى صار الفتى هادئا ، بعيدا عن العدوانية ، مجتهدا متقدما فى دراسته بدرجة ملحوظه • ولم يعد يعتدى على زملائه ، وبدأ يبدى عطفاً على أخته الصغرى بعد أن تشبعت نفسه من حب وعطف ورعاية وتفاهم والديه ومدرسيه بالمدرسة •

وفيما يلى سوف أوضح شرحاً للنزعة العدوانية فى سن المراهقة من ناحية الأسباب والعلاج .

من المشكلات الشائعة بين المراهقين النزعة العدوانية ، بالاعتداء على الآخرين من الزملاء بالضرب والمهاجمة ، وعلى الرغم من أن النزعة العدوانية تشكل مشكلة واحدة ، فإن أغراضها تختلف من مراهق إلى آخر من المراهقين العدوانيين •

• فيما يلى العوامل التى تساعد على ظهور العدوانية بين المراهقين :

(١) الصراع الانفعالى فى مرحلة المراهقة الناتج عن :

١ – التغيرات الجسمية المفاجئة التى تفاجئ المراهق، وخاصة إذا لم يكن مستعداً لهذا التغيير .

٢ – الصراع بين الدوافع الجنسية المختلفة ، و دوافع المجتمع الذى يعيش فيه وخاصة فى المنزل والأسرة .. وكلما كان هذا المجتمع متزمتاً ضيق الأفق، اشتد الصراع الداخلى وأصبحت مرحلة المراهقة صعبة التكيف؛ الأمر الذى يؤدى إلى العدوانية .

٣ – الصراع بين اعتزاز المراهق بنفسه ورغبته فى إثبات ذاته، وبين الخضوع للمجتمع الخارجى القوى العنيف؛ فالمراهق فى هذه السن يسعى لكى يجد لنفسه مكاناً فى المجتمع ، ولكي يكون له وضع مستقر أو ثابت ، وتكون له شخصية محترمة ومرموقة .

فإن لم يجد المراهق التوجيه السليم والفرصة لتنمية شخصيته، أفلت زمامه ويحاول تأكيد ذاته بطرق خاطئة حمقاء وعدوانية تجاه الآخرين .

(٢) التزمت في تنشئة المراهق ، وانتهاج أسلوب الصرامة معه يؤدى إلى أن يكون فرداً متمرداً ميالاً دائماً إلى العدوانية .

(٣) تفضيل الآباء أو المدرسين لبعض الأطفال عن الآخرين لوجود مميزات معينة بينهم من ناحية الذكاء أو خفة الروح أو الناحية الجمالية .. فهذا التفضيل يخلق الغيرة بين المراهقين وتظهر بصورة عدوانية نحو الآخرين .

(٤) **فقدان الإحساس بالأمن** بسبب التفكك الأسرى والخلافات الزوجية المستمره ، وسهولة الطلاق ، وتعدد الزوجات أو الخلافات المستمرة بين أفراد الأسرة ، وفقدان الترابط الأسرى .

(٥) **جهل الوالدين بأصول التربية النفسية للأبناء** : فيتعامل الابن بمعاملة شاذة من العنف ، والقسوة ، والتزمت ، وعدم تقدير المشاعر ، فيتولد لديه الإحساس بالظلم والعدوانية ، والرغبة فى الانتقام .

(٦) **الشعور بالنقص وفقد الثقة بالنفس وعدم الإحساس بالطمأنينة** ، والشعور بعدم احترام الآخرين له ، مع التعرض المستمر إلى الإحباط واليأس لعدم اهتمام المحيطين به؛ مما يولد فى النفس الشعور بالكراهية والعدوانية للمحيطين .

(٧) **التعرض إلى معايرة الراشدين المتعارضة** ، فلا يعود المراهق يري تناسقا بين القول والفعل ، فيصاب بالحيرة والارتباك اللذين يعتبران من عوامل تولد الكراهية والعدوانية تجاه الآخرين.

(٨) **عصبية الآباء وثورتهم لأتفه الأسباب** أو شجارهم ، وعدم التوافق بين الوالدين ، وكثرة الخلافات التى تؤدى إلى خلق الميول العدوانية والعصبية بين الأبناء . وإن كانت في بعض الحالات التى تؤدى عصبية الآباء إلى سكون الأبناء وسلبيتهم وانطوائهم وجنوحهم إلى أحلام اليقظة .

(٩) **الضعف العام والتشوهات الخلقية** : يؤثران على شعور الطفل بالنسبة للمجتمع الخارجى . فيشعر بالنقص ،

والعجز ، وضعف الثقة بالنفس ، لعدم قدرته على عمل ما هو مطلوب منه ، وهو يجد صعوبة في التوافق ، ويشعر بأن الحياة صعبة، وأنه مكروه من جميع الناس ، فيزداد توتره الداخلي ويظهر ذلك في صورة نزعات عدوانية ، وثورة لأتفه الأسباب ٠

علاج العدوانية في مرحلة المراهقة :

يجب أن يبدأ العلاج أولا بدراسة الحالة الصحية للمراهق ٠

فأحيانا يكون سبب العدوانية راجعا إلى اختلال في الغدد الدرقية أو الضعف العام أو سوء التغذية ، وغيرها من الأسباب الجسمية التي تؤدى أحيانا إلى الغضب والعصبية والعدوانية ٠

كما أن المراهقين ذوى العاهات ،إن لم يعاملوا معاملة تحقق لهم الشعور بالتقدير وتعويض النقص ، فإنهم كثيرا ما يصبحون مشكلة خصوصا ما إذا كانت البيئة تعاملهم بالعطف الزائد أو تعيرهم بما يعانونه من نقص ٠

كما ينبغي على المعالج :

- دراسة حالة الابن أو الابنة النفسية عن طريق علاقتهما بالأسرة ، وأسلوب التربية التي تغامل بها ، سواء في المنزل أو في المدرسة ، حتى تتكون فكرة صحيحة عنهما وعن سلوكهما تجاهه٠
- كما يجب دراسة كيفية شغل الابن أو الابنة لأوقات الفراغ:
- وهل هناك إرهاق شديد بحيث لا يجدان وقتا للراحة والاستجمام أو الترويح عن النفس، كما هو الحال في كثير من العائلات القلقة على مستقبلهما ٠

▪ وفى ضوء هذه الدراسة تنظم حياة الابن أو الابنة العدوانية •

وتوجه الأسرة توجيهاً تربوياً يحقق إشباع الحاجات النفسية للأبناء ، وإثبات وجودهم بأسلوب سوى يفتح أمامهم مجالات للتعرف على الحياة ، فتنمو استعداداتهم الفطرية وقدراتهم ومهاراتهم ، وتختفى العدوانية •

واجب الآباء لمنع العدوانية فى مرحلة المراهقة :

١) يجب على الآباء الإقلال كلما أمكن ذلك من التدخل فى آمال أبنائهم وتصرفاتهم حتى لا يشعروا باليأس ، وبكابوس الكبار، فيشعرون بالغضب ، ويلجأون إلى العناد والعدوانية • وحتى لا يلجأوا إلى استعمال الأساليب نفسها مع أخواتهم الصغار فيتشاجرون ، وتنتشر بينهم أساليب العدوانية •

٢) يجب على الآباء أن يقلعوا عن عصبيتهم وثورتهم لأتفه الأسباب أمام الأبناء وأن يعملوا جهدهم لضبط النفس بقدر الإمكان حتى لا يقلدهم أبناؤهم •

فالأبناء الأسوياء هم الذين ينشأون فى منزل يسوده الانشراح وعدم الخوف من الآباء •

٣) يجب على الآباء الاهتمام بشغل أوقات الفراغ لدي أبنائهم المراهقين ، وتشجيعهم على اللعب والرياضة ، ليتعلموا الأخذ والعطاء ؛ وليستنفذوا الطاقة الجسمية الزائدة عندهم ، والتى زودتهم بها الطبيعة كى يتحركوا كثيراً ، وتختفى العدوانية لديهم •

٤) أثبتت الدراسات العلمية أن كثيراً من حالات العدوانية عند المراهقين مرجعها فى الغالب إلى الآباء أنفسهم ؛ أى إن الآباء كثيرا ما يكونون مصدر هذه المشكلات بسلوكهم الذى يتسم بالحزم المبالغ فيه والسيطرة الكاملة على المراهق ، ورغبتهم فى إطاعة أوامرهم طاعة عمياء ، وتجاهلهم حاجات هذه المرحلة الحرجة فى حياة الأبناء ، وعدم تقبلهم بأساليب الأمر والنهى التى كانت مستعملة معهم فى طفولتهم ٠

- مثل هؤلاء الآباء يجب أن يدركوا أنه من الواجب إصلاح أنفسهم ؛حتي يمكن إصلاح أبنائهم وعلاجهم من المشكلات النفسية والسلوكية التى تظهر بصورة عدوانية على الآخرين٠

- إذا أخطأ الابن المراهق نتيجة عدوانيته ، فيجب أن يتجنب الآباء استفزازه أو معايرته بالخطأ ٠ كما لا يجب أن يقابل الغضب بالغضب ، بل أن يكونوا قدوة حسنة له فى الرزانة، وضبط النفس ، والصبر ، ثم يجعلونه يلمس نتائج سلوكه الخاطئ بطريقة غير مباشرة ، وبذلك تزداد ثقته فيهم ، ويبتعد عن العدوانية أو السلوك الخاطئ فى المرات القادمة ٠

٦) توفير العلاقات الأسرية السليمة :

فالجو العائلى الهانئ الذى تسوده روح المحبة والتفاهم والتعاون من جميع الأفراد يعطى المراهق شعوراً بالأمن والثقة بالنفس ، وتحميه من القلق ، ويغرس فى نفسه الإحساس بالانتماء إلى الأسرة ٠ لذا يجب أن تكون العلاقة بين الأبوين قائمة على الاحترام المتبادل ،

والتعاون فى حل مشكلات الحياة ، بحيث يضع كل منهما الآخر فى اعتباره دائما •

ويجب أن يكون لكل فرد من أفراد الأسرة قيمته واعتباره وأهميته ، دون تفضيل أحدهم عن الآخر ؛ فالكبير يعطف على الصغير ويساعده ، والصغير يحترم الكبير ويستشيره فى جو من الود والتفاهم •

فإذا توافر هذا الجو فى الأسرة فسوف تهدأ الصراعات الداخلية فى مرحلة المراهقة ، وتهدأ الميول العدوانية وتختفى •

(٥) « ابنتى غيورة »

الغيرة أحد المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب والألم ، ويجب أن نتقبلها الأسرة كحقيقة واقعة ، ولا تسمح فى الوقت نفسه بنموها ، فالقليل من الغيرة يفيد الطفل فهى حافز يحثه على التفوق ، ولكن الكثير منها يفسد الحياة ، ويصيب الشخصية بضرر بالغ •

وأما السلوك العدواني والأنانية والارتباك والانزواء ، إلا آثار الغيرة على سلوك بعض الأطفال • ولا يخلو طفل من إظهار الغيرة بين الحين والحين ، وهذا لا يسبب إشكالا إذا فهمنا الموقف وعالجناه علاجاً سليماً •

وفيما يلى سوف يظهر تأثير الغيرة على الابنة سميرة البالغة من العمر أربعة عشر عاماً :

« حضر الوالدان ومعهما ابنتهما سميرة فى ميعاد سبق تحديده لعلاجها من بعض الشكاوى ،التى منها : قلقه ، غير مستقرة، عنيدة ، غير مطيعة ، دائمة الشجار مع أختها الأصغر منها لدرجة الأذى فى بعض الأحيان والسب بألفاظ نابية – يضاف إلى هذا أنها متأخرة دراسيا ، وغير متجاوبة مع مدرسيها الذين يبالغون فى عقابها لتعديل سلوكها حسب اعتقادهم •

وبدراسة هذه الحالة تبين ما يأتى :

أخطأ والدا سميرة فى سلوكهما نحوها ،على الرغم من اعتقادهما بأنهما على حق •

وأهم هذه الأخطاء :

١) اعتقاد الأبوين أن سلوكهما مع سميرة هو السلوك التربوى الصحيح من خلال استمرارهما فى سوء معاملتها بدنيا

ونفسيا دون مراعاة ما تعانيه من العذاب النفسي، وظنهما أن ما ترتكبه من أخطاء وسوء سلوك ما هو إلا نوع من العناد ، فكانا يبالغان في عقابها .

٢) **استمرار المقارنة** بين سميرة وأختها علانية ، مع ذكر مواطن الضعف بها ومعايرتها بذلك ، أدى إلى زيادة كراهيتها لأختها وإحساسها بالنقص والفشل ، وعدم قدرتها على النجاح مهما جاهدت مما أدي إلى رسوبها المتكرر ، فانتابها الإحساس القاتل بالغيرة من أختها والحقد عليها .. حتي إنها كانت في بعض الأحيان تؤذى أختها انتقاماً من والديها .. وفي الوقت نفسه كانت تتهمها بالاعتداء عليها، فيثار الشغب والمشاكسة اللذان ينتهيان دائماً بعذاب سميرة أشد أنواع العذاب .

٣) **عدم فهم مدرسات المدرسية** لحاجاتها النفسية ، ومبالغتهم في عقابها تلبية لرغبة والديها في هذه الناحية ؛مما أدي إلى كراهيتها للمدرسة والهروب منها فتأخرت دراسيا ، وتكرر رسوبها .

٤) **استمرار سوء معاملة الجميع لها** في المنزل والمدرسة أدي إلي زيادة إنحرافها سلوكيا ، واستمرار فشلها دراسيا .. الأمر الذى دعا الوالدين إلى طلب المشورة الطبية النفسية لعلاجها .

وبعد أن وضحت للوالدين الأخطاء التربوية التى ارتكباها في حق سميرة ، ولجأت إلى توجيه الوالدين إلى الطرق التربوية السليمة في علاجها ، والاتصال بالمدرسين والمدرسات بالمدرسة وتوجيههم إلى تقدير مشاعر هذه الابنة ،وتغيير الأسلوب العنيف في معاملتها ،

وإتجاه اسلوب التشجيع لإعادة الثقة إلي نفسها ، حيث إن قدرات الإنسان تنمو بالتشجيع ، وتضمر وتموت بالتقريع ٠

استمر علاج سميرة بالجلسات النفسية ، وتوعية الوالدين إلى التنشئة النفسية السليمة لها عدة أسابيع بالعلاج النفسى والمتابعة للابنة سميرة، التى كانت تشعر بسعادة كبيرة عند حضورها ٠٠ تقدمت تقدما ملموساً فى العلاج وتحسن سلوكها ، وساعد على ذلك رغبة الوالدين وتعاونهما فى العلاج، ومساهمة المدرسة بدورها فى مساعدة سميرة بكل الوسائل المختلفة ٠

وأخيراً : شفيت سميرة مما كانت تعانيه من الاضطراب النفسى وظهر ذلك في تجاوبها فى دراستها ، وتحسن سلوكها مع أختها ووالديها ، وزال الشعور بالغيرة والحقد نحو أختها، بعد أن حاول الوالدان تصحيح ما ارتكباه من أخطاء تربوية نحوها ، بتشجيعها ، وإغداق الحب والحنان والرعاية النفسية لها بعد الحرمان لسنين عديدة ، والعمل على ذكر النواحى الطيبة فيها وتنميتها ، وتجنب مقارنتها بأختها ٠

تأثير عدم المساواة فى معاملة الأبناء :

مما سبق نري أن الخطأ الأكبر الذى يرتكبه الوالدان ، والذى يعتبر من أهم الأخطاء التربوية التى تؤدى إلي انحراف سلوك الأطفال هو مقارنة الأطفال ببعضهم ، ولاسيما حين يكون هناك فرق واضح بين الطفلين فى نواحٍ معينة، أو كان أحدهما يتمتع بنواحٍ خاصة ٠

فإن هذه المقارنة تخلق الغيرة بين الأطفال ٠

والغيرة شعور مؤلم يجعل صاحبه قلقاً أنانيا لا يستريح لنجاح

غـيـره ، ويميل أحـيـاناً إلى الانزواء والانطواء ، أو إلى الهـجـوم والتشاجر والإيقاع بغيره • ويشعر فوق ذلك أنه مظلوم مضطرب وأن الناس يعملون ضده ، وهذا يجعله قلقاً ، كثير الشك فى الناس • ويلاحظ أن الأساس في الغيرة فى أغلب الأحيان هو القلق والخوف، وضعف الثقة بالنفس •

وتبدو بعض هذه المظاهر عند الطفل بطريقة مقنعة ، فهو يصب غضبه وغيرته أثناء لعبه بعروسة ، يسميها باسم أخيه أو أخته الصغري التى تثير غيرته ، وإذا لم يستطع الطفل أن يعبر عن نفسه بهذه التعبيرات ربما اتجه إلى الكذب أو الرغى دون سبب ، أو تجاهل الآخرين وبخاصة الأفراد الذين يثيرون غيرته ، أو محاولة لفت الأنظار اليه بالتمارض.

واجب الآباء لمنع الغيرة بين الأبناء :

(١) فى حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهمال الكبير وإعطاء الصغير عناية أكثر مما يلزمه، فيجب ألا يعطى المولود إلا بقدر حاجته ، وهو لا يحتاج إلى الكثير • والذى يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولود ، وكثرة الالتصاق الجسمي الذى يضر المولود أكثر مما يفيد • وواجب الآباء كذلك تهيئة الطفل إلى حادث الولادة ، وكذلك يجب فطامه وجدانيًا تدريجيًا بقدر الإمكان، فلا يحرم حرماناً مفاجئًا من الامتياز، الذى كان يتمتع به قبل ولادة الطفل الجديد •

(٢) يجب على الآباء والأمهات أن يقلعوا عن الموازنات الصريحة ، واعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها

استعداداتها ومزاياها الخاصة بها ، فإذا نجح طفل في عمل ما ينبغي أن نشجعه ولا نوازنه بغيره • وكل طفل مهما فشل، له ناحية طيبة يمكن كشفها وإبرازها والاعتزاز بها ، وبذلك يمكن أن يزول الشعور بالخيبة المؤدي إلى الشعور بالنقص والذلة •

(٣) **كذلك ينبغي على الآباء والأمهات ألا يبهرهم ما تقوم به بعض الأطفال من المبالغة في طاعتهم ومسايرة آرائهم والعمل على إرضائهم** ، والإعجاب بهم والتظاهر بالحب لهم إلى غير ذلك •• فلا يجوز لهم أن يؤيدوا هذا النوع على حساب الآخر صاحب الرأي الجرئ الحر • وهذا الموقف كثير الانتشار، وهو من أسباب غرس بذور الغيرة والحقد بين الإخوة وتنشئة بعض الأبناء على النقمة على السلطة والمجتمع ، عن طريق التحويل من النقمة على الوالدين وبعض أفراد الأسرة •

(٤) ينبغي الموازنة بين الطفل ونفسه في أوقات مختلفة ، فإن تقدم في وقت ما عما كان عليه في وقت سابق فهذا كاف لتشجيعه •

(٥) تنمية الهوايات المختلفة بين الإخوة كالموسيقي ، والتصوير ، وجمع الطوابع وغير ذلك ، يتفوق كل في ناحيته ، ويوازن نفسه بنفسه •

(٦) المساواة في المعاملة بين الابن والابنة ، لأن التفرقة في المعاملة تؤدي إلى شعور الأبناء بالغرور ، ويثير حفيظة البنات ، وتنمو عندهن غيرة تكبت وتظهر أعراضها في صور أخرى في مستقبل حياتهن لكراهية

الرجال وعدم الثقة بهم ، وغير ذلك من المظاهر •

(٧) عدم إغداق امتيازات كبيرة على الطفل العليل ، فإن هذا يثير الغيره فى الإخوة الأصحاء • وتبدو مظاهرها فى تمني المرض وكراهية الطفل المريض ، أو غير ذلك من مظاهر الغيرة الظاهرة أو المستترة ؛ فبذلك لا يجوز إعطاء الطفل المريض أى امتياز أكثر من العناية التى يتطلبها المرض •

خلاصة ما تقدم :

ينبغى على الآباء مهما كانت الفروق الفردية بين الإخوة ، لايجوز استثارة الموازنات المؤدية إلى الغيرة • ولكن هذا لا يمنع بالطبع من إجراء المباريات بين التلاميذ بالمدارس ، من آن لآخر مما يحفزهم لبذل الجهد ، وخلق الفرص أحيانا بتعويد التلاميذ تقبل الفشل المؤقت بصدر رحب أى تعود الروح الرياضية •

وعلى الوالدين مراعاة توفير الجو الأسرى الهادئ بينهم ، وتجنب القسوة ، وسوء المعاملة ، ومنحهم الحب والحنان والتفاهم ، حتي يمكنهم أن يتشبعوا بهذا الغذاء الوجدانى، فيمنحوه بالتالى إلى الآخرين فى طفولتهم وإلى وطنهم فى مستقبل حياتهم

(٦) « ابنى يهرب من المدرسة »

الأم الحكيمة تقدم المشورة الصالحة لأبنائها المراهقين بالهدوء والإيضاح ، وعدم فرض الرأى بشدة ، وعليها تقديم المشورة بطريقة موضوعية كى يمكن للمراهق تقبلها دون مقاومة •

جاء الوالدان يشكوان من أن ابنهما «سامح» بالصف الثالث الإعدادى تكرر هروبه من المدرسة ، الأمر الذى لم يعلم به والده إلا حين استدعاه الناظر للتعرف على سبب تكرار غيابه عن المدرسة •

دهش الوالد عندما علم ذلك حيث إن ابنه يخرج كل يوم فى الصباح من البيت ومعه الكتب ، ولا يعود إلا بعد خروج المدارس •

وبدراسة الحالة : أمكن التعرف بأن سامح هو الابن الثانى من ثلاثة أبناء •• والداه يعملان فى حقل التربية والتعليم • وكان الوالد حريصاً دائماً على أن يوصى ناظر المدرسة والمدرسين بالاهتمام بابنه فى المتابعة والإشراف والعقاب إذا لزم الأمر •

■ **الأسلوب العنيف فى معاملة سامح فى المدرسة :** ظهر هذا الاهتمام بصورة غير تربوية ، فكان مدرس الحساب حين يخطئ سامح ، أو يتعثر فى الاجابة عن أى سؤال يلجأ إلى عقابه بالضرب بالعصا ، ظناً منه أن هذا الأسلوب يفيده فى عدم تكرار الخطأ •

تكرر هذا الوضع فى معاملة سامح مرات متعددة حتي أنه أصبح فى حالة توتر وخوف الأمر الذى أدي إلى عدم قدرته على الاجابة الصحيحة من شدة الخوف •• فكان يتعرض إلى هذا الأسلوب العنيف من العقاب • يضاف إلى ذلك : ما كان يعانيه «سامح» من أستاذ الحساب من احتقار واستهزاء أمام زملائه •

* **هروب سامح من المدرسة :**

لجأ سامح إلى الهروب من المدرسة في الأيام التي يكون في جدوله اليومي مادة الحساب فكان لا يذهب إطلاقاً إلى المدرسة • ويظل يجوب في الشوارع حتى نهاية اليوم الدراسي ثم يعود إلى المنزل •

* **تقييد سامح بالحبال والضرب في البيت :** ولما زادت أيام غيابه ، استدعي الناظر الوالد للاستفسار عن السبب • فلما علمت الوالدة بذلك ، لجأت إلى عقابه بتقييده بالحبال ، وانهالت عليه ضرباًبضراوه وبقسوة دون هوادة ، وفي اعتقادها أن هذا الأسلوب هو الطريق السليم لتجنب تكرار الهروب • أخذ الابن يصرخ ويبكي مستغيثاً ، ولكن ليس من مغيث • فالوالد كان موافقاً على هذا الأسلوب القاسي في التربية ، وفي تصوره أن هذا سوف يجنبه الهروب فيما بعد •

* **« انهيار سامح نفسيا »** أصيب الابن بعد هذه الواقعة بانهيار عصبي ، ولم يستطع الدراسة ، ورفض الذهاب إلى المدرسة، وأصبح يبكي ليلا ونهاراً دون توقف،غير قادر على أن يتماسك • حتى أصبح لا يستطيع النوم ويظل طول الليل ساهراً في حالة ذهول، وعدم تركيز.. وتارة يبكي ، وتارة يتكلم كلاماً غير مترابط وتارة يصرخ •• وأهمل الدراسة والمذاكرة والدراسة •

* **ندم الوالدين :** ندم الوالدان لما اتبعاه من أسلوب همجي غير تربوي في التعامل مع هذا الابن الذي يعتبر ، ضحية ، جهل الوالدين والمدرسين والناظر بأصول التربية للأبناء في هذه الفترة من حياتهم •• وهي فترة المراهقة •• وأشير على الوالدين بعرضه

للاستشارة الطبية النفسية لعلاجه •

■ **علاج سامح نفسيا :**

استمر علاج هذا الابن عدة أسابيع •

وكان العلاج يشمل : جلسات نفسية : للابن لإعادة ثقته بنفسه ، وإزالة الخوف والتوتر اللذين كان يعاني منهما • وكان يشمل العلاج أيضاً إعطاء بعض الأدوية المهدئة ، وكذلك توجيهات وإرشادات للوالدين ، وتوعيتهم إلى كيفية معاملة الابن في هذه الفترة الحرجة من حياته «المراهقة» ، كي يستطيع أن يواجه طريق الحياة الطويل الشاق بشخصية متزنة قادرة على مواجهة الحياة بكل صعوباتها •

بدأت الحالة النفسية «لسامح» تتحسن تدريجيًا ، وعاد إليه اتزانه النفسي وبدأ ينتظم في الدراسة ، واستعاد ثقته بنفسه بعد أن اتصل الوالد بالناظر والمدرسة ، وأوصاهم بعدم التعرض بالضرب لابنه ، والاهتمام بمدحه وتشجيعه حتي يستعيد ثقته بنفسه ، وتزول عنه الأعراض المرضية التى عاني منها كثيراً•

وبذلك :

أمكن مساعدة هذا الابن على مواصلة الدراسة ، وتم تخليصه من أعراض الاضطراب النفسي • وتحقق له النجاح آخر العام بتفوق ، بعد أن إرك الوالدان الخطأ الذى ارتكباه في معاملة ابنهما •

التعليق :

هذه الحالة توضح لنا عدم وعى الوالدين ولاسيما الأم

بسيكولوجية المراهقة ، وعدم ادراكها أهمية علاقة المراهق بوالديه•

كـمـا اخطـأت الأم فى حق هذا الابن ، ولم تراع أى جـوانب نفسيـة فى حـيـاته ، ولم تحاول أن تناقشـه عن أسبـاب هروبه من المدرسـة • ولم تتح له الفرصـة ليبـوح لهـا بما فى داخله من آلام نفسية ، وصراعات داخلية بين عذاب ضميره من أنه غير مواظب على الذهاب إلى المدرسـة ، عـدم قـدرته على مـواجـهـة العـذاب النفـسى الذى كـان يعـانيـه نتـيـجـة سـوء مـعـاملتـه من المدرس ، والاستهزاء به أمام أقرانه فى الفصل •• بل لجأت إلى ضربه بهـذا الأسلوب غير الإنساني، دون أن تتحكم فى تصرفاتها وانفعالاتها •• الامر الذى أدي إلى أسوأ النتائج •

وفيما يلى سوف أوضح دور الأم فى توفير اللصحـة النفسيـة لأبنائها المراهقين :

* ينبـغى علـى الأم أن تبدأ بـفهم التـغيـرات التى تحـدث فى الكيـان الجـسمـانـى والنفسي والعـقلى والاجـتمـاعى لابنهـا وابنتـها ، حتي يتسني لهـا أن تنجح فى التعامل مـعهما فى هذه المرحلة من المراهقة، وحتي تتلافي الأخطاء التربوية التى يمكن أن تقع فيها نتيجة جهلها بتلك الحقائق •
* نظراً لـوجـود الفـروق بين المراهقين : فـعلى الأم أن تـعكف على استيعاب وتفهم دراسة ابنهـا أو ابنتـها المراهقة دراسة فـردية • وهذا يتـأتى بالطريق الحـسى الوجـدانى الذى يساعدها على توفير أكبر قسط من المساعدة؛ لتوفير الصحة النفسية فى حياتهم الحاضرة والمستقبلة •

- يجب على الأم أن تفهم جيدا أنها تربى أبناءها كى **تساعدهم على النمو** ، ولكى يبلوروا شخصياتهم ، ويسلكوا طريقهم فى الحياة وفق ما لديهم من استعدادات وميول شخصية ٠

* ينبغي على الأم أن **تغير من طبيعة حبها لابنها المراهق** ٠ فيجب أن تقدم الصيغة الوجدانية المناسبة لمطالب النمو فى هذه المرحلة التى يمر بها أبناؤها وبناتها ٠

فنجد أن المراهقين ينفرون من التدليل والحب الشديدين اللذين كانت بعض الأمهات، تستعين بهما فى إبداء الحب لهم وقت ان كانوا اطفالا ٠

إنهم فى حاجة إلى لون جديد من العطف ، إنه لون يبدو فى التصرفات ، وفى لغة الحديث والمناقشة ، والتفاهم الودى ، أكثر من أساليب الحنان الزائد التي يحبها الأطفال ، وينفر منها المراهقون ٠

- ينبغى على الأم الواعية التى **تفهم خواص مرحلة المراهقة أن تعدل من سلوكها** ، وتخفف من سلطانها ، وأن توائم بين سلطاتها ، وبين القدرات والقوي الجديدة التى بدأت فى البزوغ فى سماء حياة المراهق ، وبذلك تستطيع أن تجعل فترة المراهقة تمر بسلام وهدوء ٠

- يجب على الأم **أن تدرك أن المراهق يميل إلى إبراز ما يتمتع به من قوة جديدة** دبت فى أوصاله ، وأنه يعتقد أنه صار كبيرا يستطيع الاستقلال والاعتماد على النفس فى تسيير شئونه الخاصة ، ولا داعى للاعتماد على مشورتها فى كل صغيرة وكبيرة٠ ويبدأ في الإحساس بأن الخضوع

والتبعية فى الطفولة ، وليس لها ما يبررها الآن ٠

* يجب على الأم الواعية أن **تحافظ على اتزانها الوجدانى** بالهدوء النفسى وعدم التهور بالهياج أو الثورة للأسباب لاتستدعى ذلك ، بل عليها أن تواجه المواقف بهدوء ؛ وتحاول مناقشة الابن المراهق فى تصرفاته مناقشة ودية دون انفعال أو ثورة ؛ لأن المراهق لا يطيع الأم العصبية، ويلجأ إلى التحدى والعناد وعصيان أوامرها ٠

* ينبغى على الأم الحكيمة تقديم **المشورة الصالحة لأبنائها المراهقين** : بالهدوء ، والإيضاح ، وعدم فرض الرأى بشدة ، وتقديم المشورة بطريقة موضوعية ، كى يمكن أن يتقبلها المراهق دون مقاومة مع حرصها على أن تكون كاتمة لأسراره وعدم البوح بها ؛ فهذا يساعد المراهق على أن يفصح لها عما يدور بخلده ، ولا يكتم عنها ما يعتقد أنه ضمن أسراره ٠

وأخيرا :

لو التزمت كل أم بدورها كما ذكرت ، فسوف تسعد بتوفير الصحة النفسية لأبنائها المراهقين فى الحاضر والمستقبل، حتى لايجنحوا عن الطريق السوى ؛ فيسيئوا إلى أنفسهم ، وإلى أسرهم ، وإلى مجتمعهم ووطنهم ٠

(٧) « ابنى موسوس »
« الوسواس القهرى فى الطفولة »

يعتبر اضطراب الوسواس القهرى مرضا غريبا وشائعا · حيث تظهر الشكوك بصورة مفاجئة وقاسية ، كما يعتبر مشكلة بمجرد ظهوره ·

ويتميز هذا المرض بسيطرة فكرة أو عمل ملح متسلط لايستطيع الفرد فهمه ،على الرغم من إدراكه سخفه وضيقه به ·

ومحاولة منعة يؤدى إلى إثارة قدر كبير من القلق النفسى والضيق ·

جاءت الأم تشكو من أن ابنها «ماهر» البالغ من العمر أربعة عشر عاما يقضى ثلاث ساعات أو أكثر تحت الدش يوميا ، ويستغرق ساعتين بعدها فى ارتداء ملابسه ·· استمر هذا السلوك الغريب شهرين ·· وعندما يواجه بغرابة هذا السلوك ، وأنه ينبغى أن يتوقف عنه ·· يجيب أنه لا يستطيع إيقافه ، وأنه مدفوع بالاستمرار فى استحمامه يوميا ·

وبدراسة الحالة :

«ماهر» كان طالبا متحمسا متفوقا فى دراسته · كان دائما من الطلبة المتفوقين الأوائل الذين تفخر بهم المدرسة وتكافئهم بالجوائز المختلفة لتشجيعهم على استمرار التفوق ·

كان «ماهر» دقيقا ، منظما ، متعاونا ، غير مقصر في أداء واجباته الاجتماعية ، والدراسية ، مقدرا للمسئولية ، محبا للجميع ، مطيعا متدينا ·

وفجأة أصيب بهذه الأعراض السابقة . بالاضافة إلى أعراض أخري متعلقة بالنظافة . كان يغسل يديه مرات متعددة فى كل مرة ، وأحيانا ينظف كل شيء يلمسه ويدعكه بالكحول ، معتقدا أن بهما شيئاً لزجاً يرغب فى التخلص منه ·· إلخ . حتى أصبح لايثق فى نظافة نفسه . ويعتقد أن يديه وجسمه يحتاجان إلى النظافة المستمرة بسبب هذه المادة اللزجة التي يعتقد أنها تنجسه ، ويرغب في التخلص منها .

مساعدة الأم لابنها :

كانت الأم تعرف تماما بأن هذه السلوكيات سخيفة وأن ابنها غير قادر على التخلص منها ، ومع ذلك كان صعباً عليها أن تري ابنها تعسا يتعذب ، إذا لم يمارس هذه الأفعال بصورة متكررة .

ساعدته فى تنظيف غرفته مرات ومرات ، ومنعت دخول الأصدقاء إلي المنزل للمحافظة على نظافته من نجاسة الشارع كى تخفف من قلق «ماهر» الذى كان يصل إلى درجة القلق والخوف والبكاء إذا لم يحقق ما يرغبه من هذه الأفعال اليومية .

كان والد ماهر يقضى معظم وقته فى العمل خارج البيت، ويعود فى وقت متأخر ليلا، ليتجنب المناظر الشاذة التى تحدث بالمنزل ، وكان غير قادر على إيقاف هذه الأفعال الشاذة التى يمارسها ابنه .

ولذلك : فإن مرض الوسواس القهرى يمكن أن يجعل حياة الأسرة بأكملها مضطربة، ويبعد عنها الحياة الأسرية الهادئة ولاسيما فى هذه الحالة التى أصيب بها ماهر ، والتى أثرت على حياته

الدراسية، حتي أصبح غير قادر على التركيز فى الدراسة • وبدأ يكره الذهاب إلى المدرسة • وبدأ المدرسون يشكون من تأخره الدراسى بعد أن كان من المتفوقين النابغين ؛ الأمر الذى كان يؤدى إلى زيادة اضطرابه النفسى ، وإحساسه بالاكتئاب ، والأرق ، وفقد الشهية للطعام •

وأخيراً : لجأت الأم إلى طلب العلاج لهذه الحالة للتخلص من هذه الأعراض التى أصبحت تزداد قوة • وتسيطر على ابنها بصورة قاسية •• وأخذت تستشير الكثير من الأطباء للبحث عن علاج لهذه الأعراض الشاذة والتى تعذب ابنها •• وتسبب تعاسة الأسرة بأكملها ، ولكن لم يستجب الابن لأى علاج •

وأخيرا : لجأت الأم إلى تطلب المشورة فى علاجه :

وبمقابلة «ماهر» وفحصه من الناحية النفسية الطبية • والتحدث معه ، وجدته فى حالة اكتئاب • وقلق ، وخوف لعدم قدرته على السيطرة على هذه الأفعال، التى حولت حياته إلى تعاسة دائمة •

وبدأ بعد فترة من العلاج تظهر عليه علامات الأمل حين أدرك أن هذه الأعراض سوف تزول بالعلاج ، وسوف يتحقق له الشفاء •

وبالعلاج الدوائى • والعلاج النفسى ، والعلاج السلوكى : أخذت الأعراض تخف تدريجيا ، إلي أن تخلص نهائيا من هذه الأفكار المسيطرة ،والتى لم يستطع التخلص منها دون علاج طبى نفسى ، والتى كانت تستهلك الكثير من وقته وطاقته ،دون أى حاجة

لذلك •• وكان يتعذب ويبكى لأنه كان غير قادر على التخلص منها •

ما ظاهرة مرض الوسواس القهرى ؟

كان هذا المرض فيما مضى لا علاج له ، ومع ذلك فظهور الأدوية الحديثة والتقدم العلمى فى ميدان الطب النفسى ، والبحوث والدراسات المختلفة فى هذا المجال ، أصبح من السهل التغلب على متاعب هذا المرض بصورة قاطعة •

الشخصية الوسواسية :

أصبح استخدام كلمتى «القهر والوسواس ، دارجة هذه الأيام •• «موسوس» هذه هى كلمة وصف الناس للأفراد، الذين يميلون إلى النظافة ، والنظام والترتيب ، والدقة ، ومحاسبة الذات ، وتحمل المسئولية بشكل مبالغ فيه فى كل شىء يمضى وفق نظام ، وخطة موضوعة بإحكام ، مع الدقة فى التنفيذ ، مع المبالغة فى كل هذه الأمور•

هذه الصفات لاستخدام فى وصف اضطراب الوسواس القهرى، الذى يعتبر مرضا غريبا ، وشائعا ، وفيه تظهر الشكوك بصورة مفاجئة ، وقاسية ، يعتبر مشكلة بمجرد ظهوره ، ويحتاج إلى العلاج المبكر قبل أن تستفحل الأعراض •

وحين تكون الشكوك والوساوس شديدة ، يتدهور تماسك الأسرة من الناحية الصحية والنفسية والاجتماعية •

وفى الحالات العنيفة من مرض الوسواس القهرى تسيطر أفكار لا نهاية لها يوميا؛ مما يسبب العجز فى أداء الأنشطة اليومية

للفرد بصورة واضحة ·

أعراض الوسواس القهرى :

(١) الأفكار الوسواسية :

وهنا يتساءل المريض بصورة ملحة ومتكررة عن أشياء تافهة أو أشياء ، يصعب على الفكر البشرى إدراكها بطريقة ملموسة ، وغالبا ما تأخذ هذه الأفكار الصيغة الدينية، فمثلا يتساءل المريض ما إذا كان هناك إله أم لا؟

(٢) المخاوف الوسواسية :

أى الرهبة أو الفوبيا «الخوف» على اختلاف أنواعه، ونعنى بذلك الفزع أو الخوف المرضى الذى لايمكن السيطرة عليه ·

مثال ذلك : الرهبة أو الخوف من الأماكن المفتوحة أو المغلقة أو الظلام أو القذارة ·· إلخ · وكثيراً ما يكون هذا الخوف هو الرمز اللاشعورى لخبرة أو مجموعة من الخبرات السابقة المصحوبة بقلق شديد ، ومع شعور المريض بالفزع ، إلا أنه يدرك أنه ليس هناك مبرر لحدوثه ·

(٣) الاندفاعات الوسواسية : وتتضمن الإجبار أو القهر · وهو الدافع الملح إلى قيام بعمل معين، لابد من القيام به لتجنب الشعور بالفزع الشديد من عدم أدائه · وقد يدرك الفرد سخافة العمل وينكره ، بل يحاول مقاومته شعورياً ، ولكن لابد له من تنفيذه فى نهاية الأمر·

ومثل ذلك : الرغبة الملحة في غسل الأيدى مرات عديدة
•• وسواس الغسيل اكثر شيوعاً من هذه الافعال •

وقد تزداد الأعراض المذكورة بدرجة كبيرة حيث يصبح الشخص عبدا لها ، فيقضى المريض كل وقته في عمل هذه الأشياء عديمة النفع ، والتى لايمكن مقاومتها؛ الأمر الذى يدفع إلى اضطرابه نفسيا واضطراب العلاقات الأسرية المحيطة به •

أهمية الاكتشاف المبكر لمرض الوسواس القهرى فى العلاج :

لقد تبين من الخبرات المختلفة فى علاج هذا المرض أنه كلما كان الاكتشاف مبكرا كانت نتائج العلاج سريعة فى الشفاء •• أى كلما ظهرت أعراضه فى الطفولة وتم علاجه منها ، فلن تظهر أعراضه مستقبلا فى الفترات العمرية اللاحقة • ويعتبر علاج هذا المرض إضافة للعلاجات الفعالة فى ميدان الطب النفسى •

الوسواس القهرى فى الطفولة :

إن الأطفال يتجهون فى سلوكهم نحو نوع من الوساوس فى السنوات الأولي من حياتهم ،مثل: لمس كل عمود يمرون عليه أثناء السير فى الطريق •• أو المشى على نصف مربع البلاط، الذى يقابلونه أثناء السير •• إلخ •

هذا السلوك يتوقف عادة مع النمو ، ومع ذلك يمكنه أن يستمر بصورة ملحة ،ويستمر الطفل يستخدمه كدفاع ليتجنب القلق النفسى الذى يعانيه إذا توقف عنه •• وتستمر هذه الاضطرابات الوسواسية ، ملازمة لسلوك الطفل إذا لم تعالج ، حيث إن العلاج يمنع استمرارها ويساعد على توقفها ، ووقايته منها مستقبلا •

الطفل الوسواس ، ينحدر عادة من أسرة يتسلط عليها الكمال والدقة فى اتجاهاتها وسلوكها وقيمها •

عصاب الوسواس القهرى شائع بين الأطفال ،ويبدأ ظهوره عادة قبل سن المراهقة • وقد دلت البحوث أن حوالى ٦٨ ٪ من المرضي الذين يعانون من مرض الوسواس القهرى، بدأ ظهور هذا المرض عندهم قبل سن ٢٥ سنة ، ومعظمهم كان بدء ظهوره فى سن السادسة •

علاج الوسواس القهرى :

يحتاج علاج الوسواس القهرى فى الطفولة إلى **تعاون الوالدين**، وتبصيرهم بضرورة التخلص من **الاتجاهات المبالغ فيها نحو الكمال** والدقة الزائدة فى ملاحظاتهم لتصرفات الأبناء ، مع محاولة المرونة في التعامل معهم وعدم تعرضهم للمواقف التى يشعرون فيها بالخطأ •

- **تنمية مواهب الطفل** ، ومحاولة إشراكه فى الانشطة الاجتماعية والرياضية ، ولاسيما الأنشطة التى تجعله يقضى وقتا طويلاً بعيدا عن المنزل ، حيث تكون الوساوس ملحة عليه •
- محاولة مساعدة المريض للتخلص من قلقه النفسى ببعض الأدوية حتي يستطيع الشفاء فى أقصر فترة ممكنة•
- العلاج بالجلسات النفسية يفيد إلى حد كبير سواء فى الأطفال أو الراشدين، وبذلك يتخلص المريض من الضغط النفسى الداخلى، الذى يساعد على التخلص من الوساوس

التى يعانى منها •

وأخيرا :

إن المرضـي الذين كـانوا يعـانون من عـذاب هذا المرض بالعلاج الطبى النفسى الذى يشمل العلاج الدوائى والعلاج النفسى ، والعـلاج السلوكى ، بدأوا يتـخلصـون من الأفكار أو الاندفـاعـات الوسواسية التى كانت تؤرق حياتهم وحياة المحيطين بهم •

(٨) « ابنى يمص أصابعه »

الاضطراب النفسى للأطفال يبدو بشكل عام فى :

(أ) فى الحركة الزائدة : عدم الاستقرار بصورة عامة بارزة، وفى تشتت الانتباه وشرود الذهن ، والثورة لأتفه الأسباب ، والاعتداء على الآخرين وأحياناً بتشنجات هستيرية وبكاء ، والعبث فى كل شيء •

(ب) فى شكل حركات خاصة : مثل مص الأصابع وقرض الأظافر ، والأزمات العصبية التى تظهر فى حركة عصبية لاارادية يقوم بها الأطفال : كهرش العين أو تحريك الأنف •• إلى غير ذلك من الحركات العصبية اللاارادية القهرية •

وفيما يلى قصة طفل فقد الإحساس بالاطمئنان والهدوء ، فلجأ إلى سلوك غير مرض كتعبير ما بداخله من توتر واضطراب وعدم استقرار ؛ الأمر الذى أدى فى النهاية إلى حاجته إلى العلاج الطبى النفسى •

■ لجأت إلى الأم ومعها ابنها «ماجد» البالغ من العمر تسع سنوات بقصد علاجه من مظاهر سلوكية غير طبيعية ،منها :

أصبح غير طبيعى ، عنيداً ، لا يبالى بشيء ، لا يحترم أحدا وأهم ما كان يزعج الأم ويقلقها استمراره فى مص **أصابعه وقرض أظافره** سواء فى المنزل أو فى المدرسة ، مما أدى إلى السخرية من الجميع فى مدرسته وأخوته فى المنزل ، ومعايرته بهذا السلوك بطريقة تسئ إليه وتجرح إحساسه ومشاعره •

■ وبعد أن سردت الأم قصتها ، وتبينت الظروف الأسرية التى عاش فيها «ماجد» ؛ انصرفت الأم من غرفة مكتبى حيث كنت

حريصة على مقابلتها بمفردها أولا .

وبعد فترة وجيزة دخل «ماجد» فى خوف وتردد . وكان يبدو عليه الهزال والاعتلال فى صحته ، ويبدو على وجهه سمة الألم مع الخجل والشحوب .

* رفض «ماجد» الكلام في بادئ الأمر ، وتدريجيا بدأ يتكلم ويجيب عن الأسئلة الموجهة إليه إجابات قصيرة .. وبعد ذلك استرسل فى الكلام .. كان يتكلم بذكاء . مختلط بقلق وخوف وتردد.

كان يشكو من سوء معاملة إخوته ووالديه ومدرسيه وأقرانه فى المدرسة .

* كان يكره الذهاب إلى المدرسة لسوء معاملة الجميع له، ولاسيما معلمة الفصل التي كانت تقسو فى ضربه أحيانا عندما يخطئ، أو إذا لم يؤد الواجب الذى يصعب عليه فهمه ، ولا يجد من يشرحه له فى المنزل .

* أظهر غيرته من اهتمام والديه بإخوته وإهماله إياه كلية، وعدم محاولتهما مساعدته فى عمل الواجب فيهمله ؛ الأمر الذى كان يؤدى فى النهاية إلى عقابه وضربه بشدة من المعلمة فى المدرسة .

* وقرب نهاية المقابلة ، طلب منى أن أوصى والدته بمساعدته وعدم التجائها إلى ضربه .. فوعدته بذلك .. وقمت فعلا بتوجيه الأم ، والتوضيح لها بالأخطاء التربوية التى ارتكبتها فى حق ابنها ، وافهمتها أنه فى حاجة إلى علاج نفسى مع ضرورة حضور الوالد أيضا فى كل جلسة نفسية .. وقمت بإرسال خطاب إلى المدرسة؛ لتتعاون معى فى علاج هذا الطفل مع تشجيعه وعدم

تعرضه للضرب والإهانة ٠

وبدراسة هذه الحالة تبين :

أن ماجد أصغر أخوته ٠ كان محبوباً من مدرسيه بالمدرسة ، ومنسجماً مع بقية الأطفال الذين فى سنه ٠٠ وكان فى البيت لطيف المعشر مع أخوته ٠

ولكن فجأة ٠ ودون مقدمات بدأ سلوكه يتغير إلى مشاعر مرضية وسلوكيات غير طبيعية، أهمها : التجاؤه إلى مص أصابعه وقرض أظافره بصفة مستمرة ٠

تبين أن هذه الظاهرة غير الطبيعية كانت ناتجة عن اتجاه اهتمامات الوالدين للاخوة الأكبر منه؛ لأنهم جميعا فى سنوات دراسية تستدعى العناية بهم ٠

فالأخ الأكبر فى الجامعة ، والأخ الثانى فى الترتيب فى الثانوية العامة ٠ والثالث فى الإعدادية، أما ماجد فكان لايزال فى السنة الخامسة الابتدائية ، فلم يهتم الوالدان به قدر عنايتهما بالاخوة الآخرين ٠

لم تهتم الأم بعلاجه أو طلباته بقدر عنايتها بأخوته ، فكان ماجد يعانى من الغيرة الشديدة من اخوته لحرمانه من عطف وحب واهتمام ومساندة والديه له ٠٠ فبدأ ت تظهر أعراض الاضطراب النفسى نتيجة أيضاً من الشدة والقسوة، التى كان يعامل بها من والديه ٠٠ فبدأت تظهر عليه نتيجة لتوتره النفسى **أعراض الاضطراب بصور مختلفة ، منها :**

مص الأصابع وقرض الأظافر ٠ باستمرار ، والميل إلى

العزلة ، والخجل ، الانطواء ، وأحيانا أخرى ، الثورة والعناد ، وعدم الطاعة ، والبكاء ، وعدم قدرته على المحافظة على حقوقه ، ولشدة حساسيته ، أدي إلى عدم الثقة بنفسه وإحساسه بالنقص وعدم القدرة على التركيز فى الدراسة، وإهماله القيام بواجباته المدرسية، الأمر الذى أدى فى النهاية إلي عقابه بالضرب، والحبس والحرمان.

كانت الأم فى معظم الأحوال تلجأ إلي ضربه بقسوة ، كي يقلع عن عملية وضع الأصبع فى فمه ، وتخيفه بأن هذه العادة ستشوه شكل أصابعه ، وستشوه فمه وسقف حلقه ٠ وهدفها دفعه إلي الإقلاع عنها ٠٠ ولكن دون جدوي ٠٠ واستفحل الأمر وازداد سرحانه ، وعدم استيعابه لدروسه ، وازداد تعرضه للعقاب من كل من فى المنزل والمدرسة ٠

وأخيرا لجأت الأم إلى المشورة الطبية النفسية للعلاج :

بعد فترة علاج قصيرة : تشمل العلاج النفسى للابن ، **وبعض الأدوية المهدئة** للصراعات النفسية، التى يعانى منها داخليا نتيجة سوء المعاملة وعدم التقدير لمشاعره ٠

وكذلك كنت ألجأ إلى توعية وإرشاد الوالدين بعد كل جلسة نفسية للابن إلي كيفية معاملته، مع مراعاة أحاسيسه وتوفير الجو الأسرى الهادئ الذى يبعث فى نفسه الاطمئنان والثقة ٠

* **توقف ماجد عن مص أصابعه وقرض أظافره** ، وهدأ نفسيا ، وبدأ يتجنب الانطواء والعزلة، بل اختلط بأقرانه فى المدرسة، وتقدم دراسيا ٠٠ الأمر الذى لفت نظر مدرسيه الذين أخذوا يشجعونه وكذلك بدأ «ماجد» ، **يهتم بمظهره** وبنفسه ، تحسنت

شهيته للطعام ، مما أدى إلى تحسن صحته ، وأخيرا نجاحه بتفوق فى آخر العام•

التطبيق :

قصة هذا الطفل توضح الاضطراب النفسى الذى كان يعانى منه لحرمانه من حسن المعاملة فى الأسرة وفى المدرسة ، وإهمال أبويه لشئونه وانصرافهما إلى الاهتمام بإخوته ، حيث إن كلا منهما يعتبر أنه أدى واجبه كاملاً نحوه بما يوفران له من طعام وملبس •

وهذا السلوك من جانب الأبوين فيه تجاهل لشخصية الطفل وعدم تقدير لمشاعره وأحاسيسه ؛ الأمر الذى سبب له الألم والشعور بالقلق ، والغيرة من إخوته ، فظهرت هذه الأحاسيس بصورة أعراض مرضية التى سبق ذكرها، والتى منها ظاهرة مص الأصابع وغيرها من الحركات غير الطبيعية •

وسوف أوضح فيما يلى ظاهرة مص الأصابع بالتفصيل :

ما ظاهرة مص الأصابع ؟

مص الأصابع فى الشهور الأولى أو فى السنة الأولى فى الطفولة عملية عادية يلجأ إليها الأطفال ، فيمص الطفل أصابع اليد أو القدم ويشعر بلذة من قدرته على ذلك • ولكن قد يستمر مص الأصابع إلى سن متقدمة كالعاشرة وأحيانا الثانية عشر أو الخامسة عشر • ومص الأصابع فى هذا السن ما هو إلا عرض من أعراض الاضطراب النفسى ، يصاحبه أحياناً قرض الأظافر ، والاستغراق فى أحلام اليقظة والسرحان والاكتئاب •

الأسباب :

١ – مواجهة بعض المشكلات وكذلك عند الفشل الدراسى .

٢ – افتقاد الإحساس بالانتماء فى المحيط الأسرى لكثرة المشكلات والخلافات .

٣ – التفرقة فى المعاملة بين الأبناء .

٤ – سوء المعاملة من المدرسين فى المدرسة للتلميذ والتعرض للعقاب المستمر .

٥ – سوء معاملة الطفل فى البيت وتعرضه للقسوة والعقاب والضرب .

الأعراض المصاحبة :

مص الأصابع وقرض الأظافر وسيلة سلبية انسحابية يواجه بها الطفل مشكلاته ، وهو عرض من أعراض الاضطراب النفسى الذى يعانى منه ، مثل : الميل إلى العزلة ، والخجل . وشدة الحساسية

* عدم القدرة على المحافظة على حقوقه ، والإحساس بالقلق والاكتئاب .
* يصاحب مص الأصابع أحيانا قرض الأظافر ، وقصف الأقلام ، وأحيانا أعراض سلوكية أخري : كالكذب ، والسرقة ، والعدوانية ، والهروب ، والتبول اللاإرادى .
* التأخر الدراسى ، وعدم القدرة على التركيز .

العلاج :

ينبغى علاج ظاهرة مص الأصابع وقرض الأظفار ، وعدم التهاون فى ذلك لأنه لن يجدى تحذير الوالدين للطفل وتنبيهه

للإقلاع عن هذه العادة •

وفيما يلى وسائل العلاج للإقلاع ، منها :

١ – علاج الحالة النفسية والأسرية التى يعيش فيها الطفل عامة ، خصوصًا علاقة الطفل بوالديه وإخوته ومدرسيه•

٢ – محاولة إشباع الحاجات النفسية الأساسية للطفل : مثل : الشعور بأنه محبوب ، والشعور بالأمن والطمأنينة والتقدير ، والانتماء •

٣ – محاولة شغل الطفل بنشاط يدوى، يحول بينه وبين وضع أصابعه بفمه ، وشعوره بلذة الإنتاج والهواية ، فيتحسن نفسيا ويقبل على الحياة بحماس ، وأمل واطمئنان •

٤ – تجنب استعمال العقاب والتهديد والضرب والقسوة كعلاج لمص الأصابع ، فإنه يعقد الحالة ، ويزداد اضطراب الطفل نفسيا وقد لا يؤدى إلى إقلاعه عن هذه العادة •

٥ – عدم إظهار أى اهتمام أو قلق على العادة التى تملكته ، وتجنب زجره أو شد أصابعة بغلظة وقسوة كلما وضعها فى فمه •

٦ – مساعدته على إثبات ذاته بأسلوب توافقى •

٧– تدريب الوالدين على أساليب التربية السليمة ، وتعديل سلوكهما نحوه ووضع حد لقلقهما عليه أو عنفهما معه•

٨ – تشجيع الطفل على الاشتراك في النواحي الرياضية بكل الوسائل للترويح عن نفسه ، الأمر الذى يساعده على التخلص من هذه العادة .

وأخيرا :

إن الاضطرابات النفسية للأطفال والانحراف السلوكى فى بعضهم ، أو قيامهم بأفعال لا ترضى المحيطين ، ثم تأخرهم فى النهاية دراسيا ، تبين بالتحليل النفسى لأولئك الأبناء أن ذلك يرجع إلى العقد التى أوجدتها التربية المنزلية الخاطئة ، وأدت بعد تضخمها فى العقل الباطن إلى الانفجار فى صورة، تتعارض تماماً مع ما جبلت عليه الطفولة من براءة وطيبة .

إن الخطأ دائما من الكبار فى البيت والمدرسة ، نتيجة للجهل بأصول التربية النفسية الملائمة للأبناء ، والكفيلة بمنحهم الشخصية المتكاملة القديرة على منحهم الحماية من الانزلاق فى مهاوى الانحراف أو الاضطراب النفسى أو ممارسة الأفعال والحركات والعادات غير السوية .

لذلك :

فعلى الآباء والأمهات الالتجاء دائما إلى التعرف على وسائل إشباع الحاجات النفسية للطفل ، والعمل على إشباعها .

وكذلك : عليهما الالتجاء إلى العلاج الطبى النفسى عند ظهور أى بادرة فى السلوك غير السوى ، حيث الاكتشاف المبكر ، والعلاج المبكر يؤدى إلى الشفاء التام .

(٩) « ابنى .. يكذب »

جاءت الأم تصاحب ابنها الذي يبلغ من العمر ثمانى سنوات لعلاجة من داء الكذب، الذى تكرر بصورة مرضية، ويؤدى فى بعض الأحيان إلى مشكلات أسرية ، وفى النهاية إلى تأخره فى الدراسة حيث كانت المدرسات دائمات الشكوي منه ، مما كان يعرضه إلي العقاب المستمر فى الأسرة وفى المدرسة •

وبدراسة الحالة : تبين أن هذا الابن هو ثالث إخوته .. كسلان فى المدرسة يميل ميلا شديدا إلى اللعب، يغالبه النعاس بمجرد أن تجلس معه والدته لتساعده فى عمل الواجب • ويتمارض كثيراً أثناء المذاكرة فى المنزل •

■ **الوالد** : تاجر لا يحضر إلى المنزل إلا مساءً ، ويكون الابن نائما فى فراشه حين عودته •

■ **الوالدة** : عصبية جدا ، أرهقها العمل بالمنزل ورعاية أربعة أبناء •

* ابنها الأكبر يعانى من تبول لاإرادى رغم أنه بلغ الثالثة عشرة من عمره •

■ ابنتها التى تليه – متأخرة دراسيا •

■ الابن الأصغر عنيد وغير مطيع •

كان الابن (وائل) عندما يسأل عن الواجب المدرسى يدعى أن المدرسة كانت غائبة ، ولم يأخذ واجباً ، ومرة أخري يدعى «قمنا بعمل الواجب بالمدرسة «وليس هناك واجب» •

كان يخفى كراساته التي حصل فيها على درجات سيئة .

ويعود من المدرسة متأخراً عن موعد الخروج بكثير ويقدم أعذاراً يتضح من البحث أنها غير صحيحة وكاذبة .

كانت الأم لتوترها العصبى ، وشدة إرهاقها تضرب الأولاد ضربا مبرحا لأقل سبب خصوصاً ، أثناء مساعدتهم فى أداء الواجب ،وعندما تكتشف أن أحدهم قصر فى أى مادة من المواد ؛ الأمر الذى أدى إلى خوف الأبناء منها ، فيضطرون إلى الالتجاء إلى الكذب للهروب من العقاب الشديد الذى تلجأ إليه دائما .

التعليق :

إن هذا الابن (وائل) يعيش فى أسرة ينقصها الترابط الأسرى والجو الدافئ ،الذى يشعر فيه الأبناء بالحب والحنان والرعاية من الواللدين فكان يلجأ (وائل) وإلى الكذب كوسيلة دفاعية عن الذات؛ لوقاية النفس من أيدى السلطة الجائرة الممثلة فى قسوة الأم وعصبيتها ، والتجائها إلى الضرب والعنف دون تقدير لمشاعر وأحاسيس هذا الابن الذى يعانى داخليا من صراعات نفسية لا تشعر بها ولا تحسها .. كان يعانى من قسوتها من ناحية ، ومن قسوة المدرسات من ناحية أخري ، فتكون النتيجة ليخلص نفسه من هذه الصراعات التى يعيش فيها هى **التجاؤه إلى الكذب** .

لقد وضحت للأم أخطاءها فى تنشئة ابنها ، وطلبت مقابلة الوالد ، ووضحت له كذلك حاجة أبنائه لوجوده فى وسطهم ، ليشعروا بالأمان والاستقرار كى يساعد استقرار انفعالاتهم الداخلية من ناحية ، ولتخفيف عنف وقسوة الأم عليهم بتعاونه معها فى

المشاركة فى عنايتهم ورعايتهم من ناحية أخرى •

ووضحت له كذلك أن :

وجوده فى وسطهم سوف يحسن حالتهم النفسية ، ويخفف الصراعات النفسية التى يعانى منها الأبناء من سوء معاملة الأم •

استجاب الوالدان لهذه التوجيهات •• وبدأ الوالد ينظم حياته بصورة أخرى ؛ حيث وفر الوقت الذى من خلاله يندمج مع أبنائه ويشارك الأم فى رعايتهم نفسياً ودراسياً •

وقمت فى الوقت نفسه بعلاج الابن الذى يعانى نفسيا من صراعات داخلية لحرمانه من إشباع حاجاته النفسية التى من أهمها:

الحاجة إلى الحب ، والحنان ، والحماية ، والتقدير ، والتشجيع•

وبعد فترة وجيزة من الجلسات النفسية للابن ، وبتوجيه وإرشاد الوالدين ، واستخدام بعض الأدوية المهدئة لكل من الابن والوالدين لتجنب الصراعات والتوترات النفسية والعصبية التى يعانى منها الابن ووالداه •

أمكن أن يتوقف الابن عن الكذب واستقرت انفعالاته، وهدأت الأم نفسيا ، واختفت جميع الأعراض المرضية التى كان يعانى منها الإخوة الآخرون •• وتقدم وائل دراسياً ، وتوقفت شكوي المدرسات ، واختفي اتجاهه نحو الكذب •

دور الوالدين لتعليم الأبناء الصدق :

١ – توفير المحبة والشعور بالأمن بين الأبناء، وتوحيد

معاملتهم والابتعاد عن القسوة والعنف وسوء المعاملة ▪

٢ – تعويد الأبناء الحب والتسامح وإبعادهم عن الكراهية والانتقام ، وظهور القدوة الحسنة فى سلوك الوالدين •

٣ – تجنب عقاب الابن غير الصادق ، والبحث عن الأسباب وعلاجها مثل : الغيرة من أخ أو زميل في المدرسة ▪

٤ – احترام شخصية الابن ، وتدريبه على السلوك السوى ، وأسلوب الأخذ والعطاء ، وشغل أوقات الفراغ مع التحكم فى عصبيتهم ، والإقلال من نقد الابن ، واحترام ملكيته •

(١٠) « ابنتى متعثرة دراسيا »

(الاضطراب النفسى ٠٠ وتأثيره على التحصيل الدراسى)

جهل الوالدين بمشاعر أبنائهم ، وعدم تقدير أحاسيسهم له أثره الخطير على حياتهم • وهذا يؤدى فى النهاية إلى إصابتهم بالأمراض النفسية أو الانحراف السلوكى أو الفشل الدراسى •

فالطريق الذى ينتهى بالفرد إلى الهناء والاستقرار النفسى ، وحرية التفكير والاستقلال فى التعبير هو الطريق الذى يساعد على اكتساب القيم الرفيعة من السلوك ٠٠ والذى لا يمكن أن يكون بالإرهاب لأن العنف يشل التفكير ، ويعطل التعبير ، ويغير النشاط ، ويولد الضغط ثم الانفجار أو الانهيار •

وكل هذه الأمور مجتمعة تهدد بناء الفرد ؛ لأنها تفسد عليه هدوءه النفسى، وتعبث بصحة عقله فوق ما تسببه من تأخر فى أوجه نشاطه الجسمى والذهمى •

تأثير العنف :

وهذه قصة فتاة توضح تأثير العنف والارهاب فى فشلها الدراسى ٠٠ كانت فى العاشرة من العمر ، حين جاءت والدتها للعلاج من أعراض ، منها :

تأخرها الدراسى ، تبول لاإرادى ، عصبية زائدة ، فزع ليلى، فقدان الشهية ، يضاف إلى ذلك ، خوفها من المدرسين ، ورفضها الذهاب إلى المدرسة •

كانت الأم تسرد هذه الأعراض وهى حاقدة على الابنة • وذكرت أيضا أنها كانت تضربها ضرباً مبرحاً لعدم تركيزها فى

عمل الواجبات المدرسية • وكذلك كانت تعاقبها عقاباً شديداً كل صباح بالضرب • حين تكتشف تبولها اللاإرادى •

وأخيراً :

لجأت الأم الي أحد المدرسين لمساعدتها في الدراسة• كان هذا المدرس عنيفاً قاسياً ، ليست لديه دراية بأصول التربية والتدريس • فكان يحضر معه (شومة) على حد تعبير الابنة أثناء الجلسات النفسية، ويقوم بضربها بعنف حين تعجز عن الإجابة •• الأمر الذى زاد إحساسها بالخوف منه •• حتي فى النهاية رفضت رؤية المدرس، حين كان يحضر للمنزل لإعطائها الحصة •

وكانت تصاب بقئ متكرر يتبعه إغماء وتشنج في كل مرة يحضر فيها المدرس •• الأمر الذى أدى إلى عرضها للعلاج الطبى النفسى من الأعراض التى سبق ذكرها •

الأخطاء التربوية :

بالعلاج النفسى للأبنة ، وتوضيح الأخطاء التربوية التى ارتكبت فى حق هذه الابنة من والدتها ومدرسيها •• من سوء معاملة وقسوة وعنف فى البيت واللمدرسة ، وعدم قدرتها على الاستيعاب من الخوف الذى تغلغل داخل نفسها ، وأحدث فيها ثقلا فى التفكير والاستيعاب •• فكانت لا تستطيع الإجابة عن الأسئلة التى توجه إليها سواء فى المدرسة من المدرس ، أو من المدرس الخصوصى ؛ حيث إنها كانت تصاب بالصمت وعدم القدرة على النطق بأية كلمة من خوفها الشديد المكبوت، بداخلها الذى كان يظهر أيضا بصورة الأعراض البدنية والنفسية التى ذكرت •

العلاج النفسى :

وبالعلاج النفسى المنظم للأبنة ، وتوجيه وإرشاد الوالدين إلى كيفية التعامل معها ، وإغداق الحنان والحب والتشجيع والحوافز لتعويض ما عانته من عذاب أدى إلى اضطرابها نفسيا ، وتعثرها دراسيا.

لم تمض سوى فترة قصيرة ،حتى استعادت الابنة ثقتها بنفسها ولاسيما حين بدأت الأم تستجيب إلى التوعية التى كانت تتقبلها، وتحاول تنفيذها مع الابنة التى عانت كثيرا من سوء الماملة.

وبالانتظام فى العلاج النفسى ، وبعض الأدوية المهدئة للإبنة والتوجيه والإرشاد النفسى للوالدين .. زالت جميع الأعراض المرضية التى كانت تعانى منها ، وتقدمت دراسيا دون الحاجة إلى دروس خصوصية .. وأصبحت من المتفوقات فى المدرسة ، ولم تتغيب عن المدرسة .. وتغيرت شخصيتها إلى طالبة مجتهدة متحمسة للدراسة والتحصيل ، والرغبة فى تحقيق النجاح .

دور الوالدين لمساعدة الأبناء على النجاح والتحصيل الدراسى وتوفير الصحة النفسية لهم .

يجب توفير المناخ الأسرى الهادئ البعيد عن الصراعات النفسية، لأن ذلك يساعد الأبناء على أن يكونوا سعداء ، أكفاء فى عملهم ، قادرين على تحمل مسئوليات الدراسة دون التعرض للخوف ، والقلق . وضعف الثقة بالنفس؛ الأمر الذى يؤثر تأثيرا سيئا على صحتهم النفسية وتحصيلهم الدراسى .

وكذلك .. لابد من تجنب التنشئة التى يسودها روح التعسف والزجر والاستبداد ، فإنها تؤدى حتما إلى ظهور الاتجاهات الشاذة

المعوجة ، وإلى تفاقم النقائص الصغيرة التي قد تشوب سلوك الابن أو الابنة، والتى كانت من الممكن تجنبها أو إصلاحها بشيء من حسن التدبير والفهم والعناية •

* **كما ينبغي أن يكون سلوك الوالدين القدوة الطيبة للأبناء ،** فإن لهذا أكبر الأثر في طبع الروح الأسرية بطابع خاص،هو الذى يمتصه فى سلوكه فى مرحلة الطفولة ومستقبلا ؛ الأمر الذى يساعده على الإحساس بالأمن والسعى إلى النجاح •

* ينبغى تحقيق الحب المتبادل بين أفراد الأسرة ، لأن المحبة هى أهم سمة للأسرة المتماسكة • وإذا انتفت أصبحت الأسرة بلا معنى • إن المحبة التى تملك قلوب أعضاء الأسرة ،تعطى المعنى وتشرح الهدف للحياة القوية الهانئة الدافئة •• المحبة الناتجة بين أفراد الأسرة هى وحدها التى ستدوم وتستمر مع الأبناء مدى الحياة وتساعدهم على تحقيق الأهداف ، والقدرةعلى تحمل المتاعب فى سبيل النجاح •

وسائل النجاح :

■ **وكما أن غرس القيم الدينية فى الأطفال :** يؤدى إلى أن يتشرب الأبناء بروح الوقار والإيمان بوجود الله الحى ، ويشعرون بالاطمئنان فى كل ما يفعلون لإحساسهم أن الله بجانبهم • فإن الوطنية وعدم العصب يشجع الأبناء منذ صغرهم على الاشتراك مع مواطنين ، يختلفون عنهم فى الديانة والمذهب والعقيدة على مستوي الوطنية وخدمة البلاد ، وتقديس المصلحة الوطنية •

■ **توفير النجاح للأبناء في حياتهم المدرسية بتحقيق الوسائل الآتية :**

١ - توفير المكان المناسب البعيد عن الضوضاء •

٢ - مد الأبناء بما يحتاجون إليه من أدوات مدرسية وكراسات •• الخ •

٣ - **الامتناع عن تكليف الأبناء** بقضاء بعض حاجات الأسرة ، وقطع مواصلة الاستذكار •

٤ - **الامتناع عن الخروج** للزيارات ، وترك الأبناء بالبيت يدعون في اللهو ، تاركين الاستذكار لحين عودة الوالدين الي المنزل•

٥ - **الامتناع عن التشويش** على الأبناء أثناء المذاكرة ، بوقف تشغيل الراديو أو التلفزيون إلى جانب حجرات الاستذكار •

٦ - **يجب مراقبة** الأبناء عن بعد ، والتأكد من عدم انصرافهم تحت شعار الاستذكار إلى أمور أخرى، تلهيهم عن القيام بواجبهم •

٧ - قيام الأب أو الأم **بزيارة المدرسة** من وقت لآخر ، للوقوف على أحوال الأبناء ومدي المواظبة على الدراسة والسلوك بالمدرسة وخارجها ، واكتشاف ما يتعثر فيه الابن أو الابنة من مواد دراسية •

٨ - تشجيع الأبناء بالجوائز وكلمات التشجيع ، عندما يثبت تفوقهم أوعندما تقدم المدرسة للأب تقريراً حسناً •

وأخيرا :

من هنا يتضح أن دور الوالدين فى توفير النجاح لأبنائهم فى حياتهم المدرسية ، وفى حياتهم الأسرية ، يركز على توفير الصحة النفسية لهم • فإذا فهم الوالدان رسالتهما فى هذه الناحية فهماً واضحاً ، وإذا أدركا أهمية توفير الصحة النفسية لهم : من أمن ، وعطف ، وتقدير ، وحرية مضبوطه ، ونجاح •• فلن يشعر الأبناء بصعوبة فى ملاءمة أنفسهم ملاءمة مقبولة •• ولن تنشأ المشكلات النفسية والسلوكية الناتجة عن الفشل الدراسى •• وسوف يتقدمون إلى الأمام بنفوس راضية مطمئنة ؛ الأمر الذى يبشر بمستقبل منير، ويخدمة وطنهم بعزم وإيمان ، فيسعد بذلك الوالدان ، وتفخر بأعمالهم أوطانهم •

(١١) « ابني منحرف سلوكيا
عادت إليه السعادة بعد الحرمان »

الحب هو عماد الحياة الإنسانية ، ومن الضرورى أن يتناول الإنسان منه جرعات مشبعة فى بداية حياته ؛ فالحرمان من الحب كثيراً ما يلوث النفس بالقسوة الحيوانية ، ويدفع المحروم إلى الانحراف فى السلوك أو ارتكاب أبشع الجرائم ٠

فالحب يبدو فى عطف الأم على طفلها ، وحرصها على البقاء بجانبه دائما حتى لا يفتقدها عندما يحتاج إليها ٠ وهو إذا جاع فعلى الأم أن تسرع فى إطعامه ، وإذا صرخ بالليل مناديا فعليها أن تأخذه فوراً بين أحضانها، تهدهده وتدلله حتي تعيد إليه هدوء نفسه واطمئنانها ٠ وإذا كان يخاف من الظلام ، فمن الضرورى أن تضاء غرفته بنور بسيط يبدد الظلام من حوله ٠

فيما يلى قصة صبى حرم من هذا الحب ، وانحرف سلوكه واضطربت نفسيته وجئ به إلىّ لعلاجه :

كان سمير فى الثالثة عشر من العمر ، وكان نموه الجسمى يسبق عمره ، وأصبح جسمه دائماً أكبر من سنه بكثير مما كان يسبب له أشد الإحراج بين زملائه الصغار ٠ كل شيء فيه مرتب مهندم ونظيف ٠٠ أخذت أتأمله ٠٠ لاشيء فى تصرفاته يدل على حاله نفسية شاذة ، عيناه لامعتان ، شفتاه ثابتتان ٠٠ حديثه متزن لا تناقض فيه ، ورغم ذلك : فالمظهر الخارجى لايدل على شيء ٠٠ إن كثيرا من الحالات تتميز بمظهر خارجى ثابت لايدل على

الاهتـزاز الداخلى الذى يعـانيـه المريض ٠٠ ثم إن هذا المظهـر الخارجى الثابت قد يكون مجرد فترات استراحة بين أزمات نفسية عنيفة ٠

وبدراسة حالة سمير : تبين أنه الابن الوحيد لزوجين يختلفان تمام الاختلاف فى شخصيتهما ونظرتهما إلى الحياة ٠ كان «الوالد» رجل أعمال له تصالات واسعة بحكم وظيفته، التى كانت تستدعيه السفر بعيدا عن بيته لفترات طويلة يعود بعدها إلى بيته ٠ ومع ذلك فكان لا يشعر بالراحة والاستقرار فيه ٠

كانت الوالدة : مدرسة مسيطرة جبارة فجعت بعد زواجها منه فى صفته وزهوه فى الطموح ، وتفضيله هذه الوظيفة التى تبعده عن أسرته معظم الوقت ، كانت مستبدة به وتمحو شخصيته ، الأمر الذى دفع به إلى تمسكه بهذه الوظيفة التى تبعده عن البيت وتريحه من سيطرة زوجته معظم الوقت ٠

ولد سمير فى هذا البيت غير المستقر ٠ كانت أمه شديدة التعلق به ، أي بطريقتها الجبارة المسيطرة ، فاعتبارها التحكم فى تلاميذها وإجبارهم على النظام والطاعة ، دفعها هذا السلوك ذاته مع ابنها الصغير ٠٠ فكانت فى طفولته تتركه يبكى ساعات فى فراشه معتقده أنها مادامت قد أطعمته ، وغيرت ثيابه فعليه أن يلزم الهدوء فى سريره، ولايصح أن تحمله أو تدلله بلا داع ٠٠ وعندما يحين تبوله وتبرزه تضعه على الوعاء الخاص بذلك ، فإن أخرج ما فى جوفه كان بها ، وإذا لم يخرجه تتركه فى مكانه مهما طال الوقت فعليه أن يقبل ذلك ٠

ولفرط ارتباطها بعملها حرمته نعمة الرضاعة الطبيعية من ثديها، فحرم بالتبعية من حقوقه الطبيعية من الإحساس العاطفى الذى يشبعه نفسيا، ويمنحه الشعور بالاطمئنان الذى يجده الطفل، وهو راقد فى أحضان أمه ٠

ولشدة لهفتها عليه منعته من الاختلاط بالأطفال الآخرين ، ولكى تعوضه عن هذا النقص، غمرته باللعب المختلفة كى يعالج بها وحدته ٠

كان تقرير المدرسة عنه بأن ذكاءه فوق المعدل الطبيعى ، وكان جميع المدرسين يشهدون له بالتفوق وحسن السلوك ، حتي أنهم يتنبأون له لتفوقه بمستقبل مضئ ٠

كان دائما الأول بين أقرانه ، كان يمنح الأوسمة والمكافأت تشجيعاً له لاستمراره فى هذا التطور ٠٠ كان من المحتمل **أن يبذل مجهودا شاقاً** فى الدراسة لأنه كان يعانى من مشكلات أسرية فى المنزل ٠

ويمرور الزمن ، اكتشفت الأم أن زوجها على علاقة بامرأة أخرى ، وأن له منزلاً آخر فى إحدى ضواحى المدينة يتردد عليه مع رفيقته بين آن وآخر ؛ الأمر الذى أدى إلى زيادة سوء معاملتها لزوجها والحقد عليه ، وكانت تلجأ إلى إثارة المشكلات والخلافات والعراك فى الأسرة ، وكانت دائما تحاول أن تشرك ابنها سمير فى خلافاتهما التى لا تنتهى ٠٠ وكانت تغرس فى نفس ابنها الكراهية والحقد الشديدين نحو والده ، واتهمته بأنه إنسان شرس لا يحب أسرته ولا زوجته ولا ابنه ، وأنه يقضى معظم وقته فى الخارج مع

نساء مستهترات ، ولا يهتم بحياته الزوجية ، وأسرته •

وأخيراً : تركت المنزل وذهبت إلى بيت والدها ومعها سمير •

كـان والداها المسنان يعيشان فى منزل صغير ، لا يتسع لإيواء فردين آخرين • يضاف إلى ذلك عدم رغبتهما فى تحمل عبء وشقاوة وضوضاء طفل صغير • ومع ذلك فلم تحاول الأم تعديل الأمور ووضعها فى صورة محببة إليه ، فكان يعانى من سوء معاملة جده وكان يضيق به ويقسو فى معاملته • فكان يضربه ويطرده من البيت بالليل أحيانا لابسط هفوة لا تستحق العقاب فلايجد مكاناً لمبيته سوي أرصفة الشوارع أو مدخل العمارات أو مقاعد فى الحدائق العامة •

وكانت الأم تري هذا الجحيم المستعر الذى يحترق فيه ابنها، ولا تمد يدها لمعونته خوفاً من أن يغضب والدها فيطردها هى الأخري •

بدأت المتاعب تظهر بوضوح على سمير فى المدرسة ، فبدأ يتأخر دراسيا ، وينحرف سلوكه فكان يميل إلى إيذاء الغير وإهمال واجباته المدرسية ، وهروبه من المدرسة ، وتشرده فى الشوارع ، ويتبع ذلك كثرة الشكاوى من الجيران لما يسببه من إيذاء وتحطيم ممتلكات الآخرين •

أصبح سمير فى حالة نفسية شرسة، مما كان سبباً فى استدعاء المدرسة لوالده، الذى كان يرغب فى ضم ابنه إليه • ولكن الأم قاومت هذه الرغبة ، فإن أنانيتها وتفكيرها المركز حول نفسها من أسباب تجاهلها إبنها وعدم إحاطته بحبها ورعايته منذ طفولته •

رفضت تسليمه للوالد اعتقادا منها بأنه كان له التأثير عليه

منذ ولادته ، الأمر الذى أدى إلى النتيجة السيئة الحالية ٠٠ فتركها الوالد وعاد من حيث جاء ؛ لأنه لم يرغب أن يدخل نفسه فى مشكلات أخرى ٠٠ ولم يهتم بأمر ابنه ، وتركه إلى غير رجعة ٠

كان سمير شديد الحقد والكراهية لوالده لما غرسته أمه فى نفسه منذ طفولته ٠

استمر انحرافه الذى ظهر فى ظاهرتين من الاضطراب السلوكى ٠٠ السرقة ، والعدوانية ، وكان من ضمن العوامل التى زادت فى هذا السلوك غير الطبيعى أن الصبى نفسه اقتنع من كثرة ما كان يطرأ على سمعه من تعليقات جدة ، بأن الصبى يجرى فى عروقه الدم الردئ ، الذى انتقل إليه من والده ٠٠ وكانت النتيجة الحتمية لهذا الإقتناع ظهور هذه الانحرافات السلوكية ٠

كان يضاف إلى الانحرافات السلوكية التى كان يعانى منها : التبول اللاإرادى الليلى ، والفزع الليلى نتيجة سوء المعاملة التى كان يلاقيها من جده وجدته ووالدته ، فيظل يصرخ ويبكى ليلا ٠

وأخيرا بدت بارقة الأمل فى أفق سمير، عندما تزوجت أمه بأحد المدرسين التربويين وهو زميل لها فى عملها ، ورضى هذا الزوج أن يعيش الابن معهما ٠٠ ولحسن الحظ كان هذا الزوج طيب الخلق ، عطوفا على سمير ، شعر بأن هذا الانحراف السلوكى الذى يظهر فى تصرفاته فى حاجة إلى المشورة الطبيبة النفسية وبصفة عاجلة ٠

فأقنع والدته بذلك ، وجاء به إلىّ لعلاجه ٠

استمر علاج سمير عدة شهور، أخذت أنقب فى لفائف العقل

الباطن عما تخزنه من الدوافع إلى هذا السلوك المنحرف ·· ولقيت مفارقة شديدة فى فتح عقله الباطن · ولكن أمكننى التحايل على عناده بأساليبى العملية ، أحادثه وأناقشه وأستدرجه إلى الإفضاء بدخيلة نفسه بقصد الوصول إلى خفايا عقله الباطن ، وما يكمن بين طيات اللاوعي من دوافع أدت إلى انقلابه من صبى هادئ ذكى متفوق فى دراسته إلى صبى شرس، فاشل فى دراسته، متشرد يؤذى ويعتدى ويسرق ·

وبعد فترة من العلاج : بالأدوية المهدئة ، والجلسات النفسية امكننى أن اكسب ثقته ، وأن أصل إلى قرارة العقدة التى ذهبت برشده ، وأطفو بها إلى السطح حيث العقل الواعى القادر على تصفية العقد، ورد العقل إلى توازنه الطبيعى ·· ولجأت إلى التوجيه والإرشاد النفسى لوالدته وزوجها ·· إلى كيفية التعامل مع سمير ، من تقدير مشاعره وأحاسيسه ·

فحين وجد سمير المناخ الأسرى الدافئ الذى حرم منه منذ طفولته ، بدأ يستعيد قدرته ونبوغه ، ومحاولاته لتحقيق آماله ·

وعلى الرغم من أن هذه المحاولات كانت شاقة ومجهدة لأى فرد فى مكانه ،يتعرض لمثل هذه الظروف ·· فقد تمكن تدريجياً أن يعيد إحساسه بوجوده بتدعيم حياته مرة ثانية بالقيم اللازمة لأى فرد ، لكى يحيا حياة كريمة منتجة يحبُ ويحبُ · وعادت إليه ثقته بنفسه ، وزال عنه الإحساس بالنقص الذى كان قد غرس فى نفسه بسبب تحطيم حياته الأسرية ·

وأمكننى شفاء سمير من الانحراف السلوكى ، واستطاع أن

يتم دراسته الثانوية بنجاح ثم دخل الجامعة ، وانتظم فى صفوفها موفقا ، وكان ذلك بفضل أمرين مهمين :

أولهما : بقايا الخير الكامنة فى نفسه • والأمر الثانى : الأسلوب العلاجي والتوجيه الأسرى • فلم اصدر عليه حكمي بالإدانة ، ولم أشعره بأنه منحرف ، بل أقنعته أنه مريض وسوف يشفى بالعلاج تماماً •

بالحب الصحيح ، والتقدير ، والحزم ، والصراحة استطاع العلاج النفسي أن يكشف للصبى عن أصول علته ، ويرشده إلى طريق السلامة •

وكان يصاحب العلاج النفسي توجيه لوالدته وزوجها ، عن كيفية معاملته ، والأسلوب الصحيح فى تنشئته تنشئة صحيحة ، وقد استجابا بالتوجيه ، ولاسيما حين بدأت بوادر الشفاء تظهر عليه.

الأخطاء التربوية في هذه الحالة:

١ – **عدم توافق الوالدين** واستمرار الخلاف بينهما أدي إلى اضطراب الحياة الأسرية التى تعتبر البيئة التى ينشأ بها الطفل وينمو، فضاع الانسجام الأسرى الذى يعيش فيه سمير •

٢ – **حقد الأم على زوجها وبث روح الكراهية فى الطفل نحو أبيه** ، وكان ذلك من الأسباب المهمة فى انحراف سمير لكراهيته لوالده ، وبالتالى كراهيته للمجتمع وأفراده ، وارتكابه حوادث الإيذاء للآخرين •

٣ – **استمرار بعد الاب عن المنزل** هرباً من المشكلات

والخلافات الأسرية ، الأمر الذى أدي إلى اتساع فجوة الكراهيـة بين الأب والابن ، واحـسـاس الطفل بعـدم الانتماء إلي والد يحنو عليه ويحبه ويرعاه ٠

٤ – عدم تفهم الأم بحاجات ابنها النفسية في كل مرحلة من مراحل عمره ، أدى إلى عصيان الطفل وعدم طاعته لها ، الأمر الذى أدى فى النهاية إلى سوء معاملتها له وقسوتها عليه ٠

٥ – أنانية الأم واهتمامها بأمور نفسها ، وعدم إحساسها بحاجة الطفل الي حبها ورعايتها وحنانها الغذاء النفسى والأساسى الذى تنمو عليه شخصيته وحياته مستقبلا ، فحرم من أهم الأسس المهمة لبناء شخصيته ٠

٦ – قسوة معاملة الجميع له وكأنما تكاتف الجميع ضده ، وعـدم تقديرهم لمشاعـره وحاجـته إلى الحب والحنان والفهم ٠٠ الأمر الذى أدى فى النهاية إلى احساسه بأنه غير مرغوب فيه ، فحقد على الناس وكره نفسه ٠

وأخيرا : مما سبق نرى :

إن البيت للطفل بمثابة الأرض للبذرة ؛ فالأرض الطيبة تنمو فيها كذلك ٠٠ « البيت الهانئ » هو المكان الذى ينمو فيه العقل نمو طبيعى سليما من جميع الوجوه جسميا ، وعقليا ، واجتماعيا ، وهو أيضا المدرسة الأولى للمكانة الاجـتـمـاعـيـة ٠٠ فإذا أخطأ الطفل الخطوة التالية وخرج من البيت ينضم إلى المدرسة ، ويصبح عضوا فى أسرتها ، أقبل عليها مرحباً لأن الجو العائلى فى البيت مهد له

السبيل لكى يقيم علاقاته بالغير على أساس من الطمأنينة والتعاون ، والمحبة •

وكما أن الأرض الضعيفة تسئ إلى البذرة •• كذلك البيت المضطرب لا يصلح بأى حال تنشئة الإنسان الصغير ، مهما توافر المال والجاه ، وغير ذلك من وسائل التعويض المادى •

البيت المضطرب لا يخرج منه إلا إنسان مضطرب التفكير ، معتل الإحساس ، تعوزه سلامة النظر إلى نفسه وإلى الغير ، ولن يكون هذا الفرد سعيداً ولا مواطناً نافعاً فقط ، بل يؤدى عدم الانسجام وعدم التوافق الأسرى إلى إصابة الأطفال بالاضطرابات النفسية ، والانحرافات السلوكية، التى تؤول فى النهاية إلى أسوأ المصير، إذا لم تطلب المشورة الطبية النفسية للعلاج •

لذلك ينبغى أن :

نكون حريصين على أن نحيط الطفل دائماً بالجو العائلى الهانئ، الذى يمد صاحبه بالطمأنينة ، والشعور بالدفء ، ويتيح له حرية فردية ينظمها التفكير التعاونى، والرغبة فى رعاية حقوق الغير••

وينبغى أن يكون البيت المكان الذى تقوم فيه المعاملة على أساس الزمالة والتقدير •• المكان الذى يجد أصحابه الصدر الكريم الذى يجمع بين العطف والحزم والقلب الكبير، والذى فيه متسع للتسامح ، والعقل الراجح الذى يحسن التوجيه وأداء النصيحة ، وبذلك يمكن خلق جيل ناضج متزن ناجح، نسعد به نحن ويفخر به الوطن •

(١٢) ابنى مضطرب عقليا
« القسوة ·· تؤدى الي الجريمة »

إن المثل الأعلي للصبى فى سن الطفولة هو أبوه ·· وهو يتعلم الكثير من هذا الأب عن طريق تقليده ·· فإذا لم ير منه سوى القسوة اختار لعقاب أبيه الأسلوب نفسه ·

كان باسم فى الحادية عشر من عمره ، ينتمى الي أسرة طيبة، لديها من أسباب المال والجاه والمعرفة، له كافة فرص النجاح فى الحياة لو أن الأهل اهتموا بتربيته ورعايته بتربية سليمة ·

كان لباسم أخت أصغر منه اسمها مني · كان والدهما رجل أعمال جباراً مسيطراً يشغل منصباً مرموقاً ، يأمر فيطاع ، لا يقبل المناقشة؛ لأنه فى نظر نفسه أقوي وأعقل وأبعد نظراً من كل الناس· وكرامته الشامخة كالجبل الأشم ، لا تقبل أن ينزل الي مستوي الاعتذار عن غلطة، أو الرجوع فى رأى أو مجرد مناقشة حكم أو أمر يصدره أو رغبه يبديها ·

ومن سوء حظ الأم أنها كانت أضعف شخصية من أن تستطيع الحد من جبروت زوجها ، ومعالجه آثار أخطائه فى تربية أولاده ، مما أدي إلي دمار باسم وهو مازال فى بداية العمر ·

وشاء القدر أن يأتى هذا الصبى إلي الحياة متوسطاً فى كل شيء : فى الذكاء والشكل وخفة الروح ، وأن تأتى مني بعده بسنتين على العكس تماما فى كل جوانب شخصيتها : فهى نشيطة لماحة ·

والظاهر أن الأب شعر فى قرارة نفسه بأن أبنه البكر قد خذله بتوسطه فى كل شيء ، فصب نقمته عليه ، وخص مني بكل ما

يملك من أرق المشاعر والأحاسيس • فكان يدللها بإفراط ، ويتقبل بمنتـهي السـمـاحـة والرضـا جـمـيع مـا يصـدر منهـا من أخطاء ومخالفات، وينصرها دائما على أخيها باسم بالحق والباطل •

في حين أن باسم لا يذكـر أنه رأي والده ولو مـرة واحـدة يبتسم في وجهه ، أو يربت على رأسه ، أو يطوق جسده الصـغير بذراعيه القويتين كما كان يفعل مع أخته •

هذا خـلاف القسوة في العـقـاب بالضرب أو السب الموجع للنفس، أكثر من التأديب البدني، كلما جاءت الشهادة المدرسية بدرجـات أقل مما يريده الأب ، أو إذا تأخـر الصـبي ولو دقـائق معدودات عن الموعد المقرر لعودته من المدرسة •

وعاش باسم إلى أن بلغ الحادية عشر من عمره، في حـالة من الغليـان النفسي المكبوت، وظلت حرارة هذا الغليـان ترتفع دون أن يظهر لها أثر في ملامحه أو تصرفاته حتي بلغ الضغط أقصاه ، وأصبحت المحنة في انتظار الشرارة المولدة للانفجار •

ولقد وقع المحظور ذات مساء، وعلى غير انتظار، عندما عاد الأب إلى بيته من رحلة اقتضت غيابه أياماً ، وهرع باسم ومنى لاستقباله عند الباب فرحين بلقائه • فإذا بالأب يفتح ذراعيه على سعتها لابنته ويضمها إلى صدره وهو يعطرها بقبلاته ويناجيها بأرق ألفاظ التدليل • وعز على باسم أن يظل منسيا في مكانه، فقال لأبيه كي يجتذب بعض اهتمامه إليه «أهلا يابابا» • فأجاب الأب بمنتـهي الجفاء والاقتضاب • أهلاً ، دون أن يذكر اسمه أو يدير وجهه عن ابنته الحبيبة المفضلة • عندئذ لم ير باسم مفراً من أن

ينسحب إلى غرفته ليعالج وجيعة قلبه بأداء واجبه المدرسى ، واستذكار دروسه ، عله ينجح فى الحصول على درجات طيبة فى نهاية الشهر ترضى والده عنه ، وتلين مشاعره نحوه ٠

انكب باسم على كتبه وانهمك فى دروسه ٠ ولكن لم تكد تمضى دقائق معدودات حتى انفتح باب الغرفة ودخلت أخته منى كالإعصار لكى تدعوه إلى تسليتها بمشاركتها في اللعب، بعد أن نالت كفايتها من تدليل والدها ، واشتاقت نفسها الي التغيير ٠

كانت الواجبات المدرسية كثيرة معقدة ، فرفض باسم أن يلعب مع أخته، فإذا بها تخطف الكتب والكراسات من أمامه وتجرى بها حول الغرفة ، ولما لم يغير ذلك في موقف باسم،قالت له مهددة « إذا لم تلعب معى فسوف أذهب إلى أبى ، وأدعى إنك ضربتنى، كى يؤذيك ويعاقبك فأنت تعرف كم يحبنى ويفضلنى عليك » ٠

وجاء هذا التهديد الموجع بمثابة الشرارة، التى ولدت الانفجار، فقد طاش عقل باسم لما سمعه من أخته ، وخرج من الغرفة وعاد لتوه يحمل جهاز التليفون ، وبكل قوته قذفها به على رأسها ، فوقعت على الأرض فى الحال وقد تهشم رأسها ، وجلس على المقعد يتنفس الصعداء ٠هرع الوالدان إلى الغرفة حيث وقع الحادث وشاهدا هذا المنظر المفزع ٠ وبعد أن تنبه باسم من ذهوله الذى استمر لعدة دقائق أصابته نوبة **هياج وصراخ ثم نوبة بكاء بصوت عال** ٠٠ ثم نوبة أخرى من **الضحك** غير مبال بما يحيط به ٠٠ ثم أصبح يهذى **بكلام غير مترابط** ، وألفاظ غير مفهومة ٠٠ ويقذف من حوله بالشتائم التى لم يتلفظ بها من قبل ٠

وأخيرا اندفع وخرج من المنزل يصرخ ويبكى ويضحك ●● سلوك غير طبيعى، وتخيل شخصيات، وكأنه يكلمهم ويجاوب عن أسئلتهم ●●

أشار البعض على الوالدين بعرض ابنهما للمشورة الطبية النفسية للعلاج ، وفعلا أحضر الوالدان « باسم » لعلاجه ● ولما عرفت الأحداث بكل وقائعها ، تبين أن هذا الابن قد أصيب باضطراب عقلى ، وفى حاجة إلى العلاج السريع ●

وضحت للوالدين الأخطاء التربوية التى ارتكباها فى حق هذا الابن ●● مع سوء معاملة ، وعدم التقدير لمشاعره ، وإهانته ، وعقابه بدنيا ، وتفضيل أخته عنه فى جميع الوجوه ●● الأمر الذى أدى إلى وفاة ابنتهما العزيزة ، وإصابة ابنهما بالاضطراب العقلى ●

ادرك الوالدان أخطاءهما ، وغيرا سلوكهما مع ابنهما ●● الأمر الذى ساعد على سرعة الشفاء ، وواظبا على علاج ابنهما بكل دقة وأمانة ●● وبدأ يستجيبان للإرشاد والتوجيه النفسى فى المعاملة لابنهما ●

ونتيجة ذلك : بدأ باسم يتقدم فى دراسته ، فزاد ذلك من حماس الوالدين وإقبالهما على مواصلة العلاج ●

التعليق :

لكى يشب الطفل طيب الأخلاق ، سليم النفس والمشاعر ، يطيع والديه ، ويحترمهما ، ولكى يحترم المجتمع الذى يعيش فيه ، ينبغى أن يحصل على قدر من الحماية والقوة التى يستخدمها من عطف والديه عليه ، وحبهما له ، وتقديرهما لحاجاته النفسية ،

وتسامحهما عن أخطائه ، وعدلهما التام فى الحكم على تصرفاته •• والمساواه فى المعاملة بين أخوته وتجنب التفرقة نهائيا •

فإذا انشغلت الأم عن الطفل بحاجتها الخاصة أو التزاماتها المختلفة أو إذا قسا قلبها عليه ، يكون النتيجة أن يحرم الابن من الغذاء النفسى والعاطفة التى يحتاج إليها ، ويفقد الشعور بالحماية والقوة ، فيشب قلقا خائفا ، متمردا ، حاقداً ، فاقد الثقة بنفسه • مع الاحساس بالنقص •

وهذه الصفات كفيلة بأن تفقده احترامه لنفسه ، وتدفعه إلى طريق الانحراف ، وتنمى بذرة الشر الكامنة فى طيات تكوينه النفسى التى تدمره •

إن المثل الأعلى لأى صبى فى سن الطفولة هو والده ، وهو يتعلم الكثير من هذا الأب ، عن طريق مراقبته الدقيقة لأفعاله وتصرفاته وتقليدها •

فماذا رأى باسم فى مراقبته لأبيه ؟ لم ير سوى إنسان قاسٍ ، بارد العاطفة فى سلوكه نحوه ، لا يعرف الرحمة فى معاملته • بهذه الصفات المقيتة أثر الأب فى شخصية ابنه دون أن يدرى •

لم يجد باسم أمامه ما يقلده من مثله الأعلى سوى القسوة البالغة • لذلك اختار لعقاب أبيه بالأسلوب نفسه ، أى القسوة ، وعمد إلى التنفيس عن غضبه المكبوت بحرمان أبيه من ابنته الصغيرة ، التى منحها كل حبه ، والتى كانت سبباً لعذابه دون ذنب جناه •

أراد باسم أن يسبب الألم لوالده مثلما ألمه ، فاختار له أشد أنواع الآلام فى غمرة انفجار نفسانى ، أعماه فلم يفرق بين الخير

والشر ، والتفرقة بين الصواب والخطأ .

والسؤال الذى يدور فى الأذهان هو : كيف يمكن علاج الانحراف الخطير العنيف، الذى يصيب طفلا مثل باسم ، ويدفعه إلى التردى فى أحضان السقطات الأخلاقية البشعة نتيجة لتقصير والديه فى معاملته بالأساليب التربوية السليمة ، ثم إصابته بالمرض العقلى الذى يجعل الاضطراب يؤثر على شخصيته من الناحية الذهنية ، والانفعالية والسلوكية .

إن إنقاذ المنحرف الصغير وتقويمه لا يكون بالضرب ، ولابالسجن ، ولا بالإيداع فى مؤسسات تأديبية .. وإنما يكون الإنقاذ والتقويم بالعلاج النفسى ، والسلوكى ، والاجتماعى ، وبعض الأدوية .. وقد نجح هذا العلاج مائة فى المائة، إذا كان المنحرف الصغير مازال يحتفظ بقدر من الثقة ، ويشعر بعطف الطبيب عليه فيسلم له قيادة؛ كى يتيح له فرصة تطهره من أدران الحقد والكراهية ، ويعيد إليه القدرة على التمييز بين الخير والشر .. وقد لا ينجح العلاج إذا كان الشر قد استفحل وتوغل فى النفس، وترك آثاراً لا تمحى .

ولكن لحسن الحظ أنه أمكن علاج باسم لأن بقايا الخير كانت موجودة فى شخصيته، وساعد أيضاً على العلاج ندم الوالدين على تصرفاتهما غير السليمة، مما أدى إلى تغير سلوكهما تغيراً جذريا فى التعامل مع باسم .. الأمر الذى أدى إلى شفائه من الأعراض السلوكية والنفسية ، التى كانت سبباً فى تعاسته .

وأخيرا :

أود أن أوجه ندائي إلى الوالدين والمسئولين عن التنشئة النفسية للطفل .. الأمر الذي تعلمته في سنين، من خلال خبراتي ودراساتي وتعاملي مع الأسوياء والمضطربين نفسيا وعقليا .. وقد استلزم ذلك مدة طويلة ، وإني لاأزال أتعلمه حتى الآن .. وهو أنه عندما يولد طفل ، ومهما واجه الوالدان من مشكلات ومتاعب في تنشئته، فيجب عليهما أن يتذكرا أن للطفل حقاً في الحياة مهما كانت تلك الحياة ، وأن له الحق في السعادة التي يجب توفيرها له .

فقد وجد أنه **لا يمكن أن يتعلم الطفل شيئاً** إلا إذا كان **عقله وقلبه متحررين من الشقاء** ؛ فالطفل الوحيد الذي يمكنه أن يتعلم هو الطفل السعيد .

ولتحقيق المناخ الصحي في الأسرة والمدرسة والمجتمع ، يحتاج ذلك إلى فهم واع من الوالدين والمدرسين لحاجة الطفل النفسية ، والعوامل التي تؤدي إلى استقراره ، وتدعيم شعوره بالقبول والثقة بالنفس، حتى يمكنه الاطمئنان إلى هذا العالم الكبير من حوله، وتحمل مسئوليات الحياة بكفاح ونجاح .

ولتوضيح العوامل التي تؤدي إلى اضطراب الطفل نفسيا لعدم توافر المناخ الصحي نفسيا في الأسرة والمدرسة والمجتمع ، لجأت الي سرد قصصا أو حالات من المتاعب النفسية التي تصيب أبناءنا بأضرار نفسية وعقلية وجسمية ، نتيجة ظروف عائلية تحيط بهم أو تصرفات غير تربوية يفرضها عليهم آباؤهم وأمهاتهم .. **وهدفي من تقديم هذه المجموعة من الحالات** : أن يتزود الآباء والأمهات

والمدرسين من خلال هذه الحالات ببعض الخبرات التى تعينهم على إعادة النظر فى أساليب تعاملهم مع أبنائهم؛ حماية لهم من التردى فى مهاوى الدمار النفسى والعقلى الذى يعتصر حياتهم ويقضى على مستقبلهم .

وأرجو أن يلقي هذا الكتاب ، ولو وقبساً من الضوء على الوسائل والطرق التى تساعد على إشباع الحاجات النفسية للأبناء ، التى كثيرا ما يشوبها الظلام ، وأن ينبه أذهان الآباء والأمهات وكل المهتمين برعاية الطفولة فى كل مراحلها إلى ما فى ذلك من خير وسعادة لأبنائهم ، وأن ينير السبيل أمامهم إلى طريق المعرفة الصحيحة ، لإشباع حاجات الطفولة من خلال التنشئة النفسية لأبنائهم .

وأخيرا : يتفق معظم المشتغلين فى عالم الطفولة بأن معظم مشكلات الطفولة النفسية والسلوكية والتعليمية يمكن إلى حد كبير علاجها ؛ لمحاولة تقليل أو تجنب النواحى غير السوية فى الأسرة والمجتمع والذى زاد انتشارها أخيرا ..

لذلك : إذا صادف الوالدان بعض المشكلات المتعلقة بالتنشئة النفسية لأبنائهم الصغار أثناء احتكاكهم بهم ، وكان من **الصعب عليهم علاجها بنجاح** ، لما بها من صعوبات تؤثر تأثيرا قويا على الصحة النفسية للصغار أو تحتاج الي معالجة مختصة ، مثل :

السلوك الغريب ، الاكتئاب ، العزلة عن الآخرين ، التشنجات العصبية ، نوبات الغضب ، الانحرافات السلوكية (كالسرقة ، والكذب ، والعنف .. إلخ) .

ينبغى عند ظهور بعض هذه الأعراض ، وخاصة عندما لايجد طبيب الأطفال سبباً عضويا يؤدى إلى ظهورها •

عندئذ يجب أن يكون ذلك **علامة إنذار** بحاجة الطفل إلى **عرضه للاستشارة الطبية النفسية** للعلاج ؛ حتى نتجنب مضاعفات التنشئة النفسية الخاطئة •

مؤلفة هذا الكتاب

- استشارى أمراض نفسية وعصبية وطب نفسى أطفال (جامعة لندن) •
- تخصصت فى ميدان الطب النفسى فى معهد الطب النفسى التابع لجامعة لندن •
- أنشأت بعد عودتها من لندن أول عيادة نفسية نموذجية للطلبة، تماثل نظيراتها بالخارج •
- يشمل نشاطها العلمى عديداً من الكتب المؤلفة والمترجمة، فى مجال الطب النفسى العام والطب النفسى للأطفال •
- نشرت لها عدة مؤلفات في ميدان الطب النفسى للأطفال والمراهقين والمعاقين •
- تعقد ندوات ولقاءات مع مختلف الفئات، التى تعمل في مجال الطب النفسي للأطفال والمراهقين والمعاقين .
- لها خبرة علمية وعملية فى مجال ، الأبناء ذوى الاحتياجات الخاصة ، هذه الخبرة الناتجة من البعثات العديدة للخارج لمساعدة هؤلاء الذين قدر لهم منذ ولادتهم أن يكونوا معوقين •
- على اتصال مستمر بهيئة الصحة العالمية؛ للوقوف على أحدث الطرق فى التشخيص والعلاج والوقاية فى مجال الطب النفسى العام والطب النفسى للأطفال والمراهقين، كى تساعد على توفير السعادة والهناء لمرضاها وتبصيرهم بالطريق المضئ، الذى ينير لهم حياتهم •

الأمومة

وإشباع الحاجات النفسية للأبناء

هذا الكتاب

يوضح أهمية دور الأم والأب ، والعلاقات الأسرية بين أفرادها فى تكوين الاتجاهات النفسية والسلوكية للأبناء حاليا ومستقبلا .. ويلقى الضوء على الوسائل والطرق التى تساعد على إشباع الحاجات النفسية للطفل ، وأن ينبه أذهان الآباء والأمهات ، وكل المهتمين برعاية الطفولة فى كل مراحلها إلى طريق المعرفة الصحيحة لإشباع حاجات الطفولة من خلال التنشئة النفسية للأبناء .. وتم توضيح ذلك بعرض بعض الحالات التى تم لها الشفاء بالعلاج الطبى النفسى .

الأهرام
25.00

مكتبة الأنجلو المصرية
THE ANGLO-EGYPTIAN BOOKSHOP
The World of Words & Thoughts